

道藏精華

上海古籍出版社

# 道藏精華

卷一百一十五  
雜錄  
一



道藏精華第六集之二  
文山遯叟蕭天石主編

譚子化書·莊列十論  
上乘修真大成集  
樂育堂語錄

自由出版社印行





道藏精華第六集之二  
文山遜叟蕭天石主編

上乘修真大成集  
譚子化書莊列十論  
合刊

自由出版社印行



圓明老人等傳述

(影刊明正統道藏孤本)

# 上乘修真大成集

自由出版社印行



## 上乘修真大成集例言

一、本書共選刊上乘修真道法凡十一種，原爲明正統版道藏本，今爲海內外唯一絕版孤籍，彌足珍貴。所蒐收各書，無一莫非上乘大法，希世金言。全爲以往千聖不輕傳，萬金不易睹之無上金笥寶笈，所謂訣中真訣，秘中玄秘，盡粹於斯者是。修道參玄人，手此一卷，勤加揣摩參會，則超聖登真，無虞山窮水盡疑無路矣！

二、上乘修真三要一書，圓明老人所述，爲修真上上大法。默而識之，可以自哲；因而明之，可以自聖；冥而參之，可以自神；會通而用之，可以自化。道家煉心一門，乃入道之最初一着，亦爲成道之最後一着；世人每感入手不易，收心尤難，故多半途而廢。本書對道家煉心法門，闡發綦詳。並繪牧馬圖以明之，使人易曉。佛家修法，以禪宗最高，禪宗以無門爲法門，故世人亦多無從入手。南宋以後，有普明禪師者，乃以禪宗之心地法門，繪爲牧牛圖，以表大法，流傳極廣，日本尤爲盛行。世人祇知佛家心法有牧牛圖，却不知道家有牧馬圖。禪宗馮山以修行人牧心爲牧牛，道家圓明以修行人煉心爲牧馬；所謂意馬心猿，各爲表法之說也。茲爲會通兩家心法起見，並將牧牛圖附刊於後，以供學人互參，勝似五嶽尋師，入山訪道也。

三、太上修真玄章，不著撰人，見道藏別字號，屬太玄部。共分一炁化生章，性命根蒂章，先天後天章，形神玄用章，金丹作爲章，虛無化生章，修煉三治章，神氣

交媾章，動靜升降章，煉炁成道章等十章。徹始徹終，精微簡要至極；本末兼赅，條理粲然。

四、清微丹訣，一卷有圖，不著撰人，見道藏洞真部芥字號。共分清微隱真合道章，入室功夫章，臨壇召合章，發用章，坐功睡法，黍珠造化，清微坐功，內煉陰陽等八章。自合道起，而至水火既濟終。留形住世，全神長生之道法，全在其中矣。

五、先天金丹大道玄奧口訣，宋淳佑晉陵霍濟之述，與上書同藏。對金丹玄奧口訣，漏洩甚多。探無極於先天，求正位於至道，修性命於參同，變氣質於爐鼎。勤而行之，自可充實光輝，聖功純熟矣。

六、金液大丹口訣，與上書同卷。太微洞天白衣道人授，寧真子傳述。全書以窮理盡性以至於命爲修真之大道，而主之以命功，輔之以性功，通之以玄理；粹儒釋道三家之至道妙義而一以貫之。所述口訣，簡明淺要；如能由斯深入，而不作尋常泛語看，自可體得其確爲萬劫一傳之玉笥妙訣也。

七、抱一子三峯老人丹訣，爲嗣全真正宗金月巖編，嗣全真大癡黃公望傳，同屬芥字號。全書首闢滄松啖朮，飲水吞符，閉氣吞津，吐故納新，按摩導引，齋戒休糧，與吸日精月華等等，全爲旁門小術；然後再揭傳天仙大成之法。對長生不死金蟬脫殼天仙圖口訣，真性命出陽神假性命出陰神口訣，尾闕穴口訣，縷述周詳，末附七言絕句十六首，無不洩盡天機。

八、乾元子三始論，原屬洞真部重字號。共分太易論、太初論、太始論與太素論等四篇。言簡意精，道妙理顯，全言先天自然大丹妙道；得其要，可不假修煉而自成矣。

九、至真子龍虎大丹詩，少室山人周方述，與三始論同卷。所述全爲以乾坤爲鼎，天地爲爐，以坎離爲至藥，鉛汞爲丹體之大法。

十、析疑指迷論，神峰逍遙大師述，原屬洞真部芥子字號。共分析疑指迷二論，析參玄疑義，而闡全真妙理；剖至道精微，而揭性命修爲；使後來人如得暗室明燈，而可不入迷津也。

十一、修真精義雜論，天臺白雲子述，卷同上書。內分導引論，符水論，服水絕穀法，服藥論，慎忌論，五臟論，療病論，病候論等八篇。雖有道門小法，然其精義特出，實爲修行人與養生家不可或忽者；以坊間無傳本，恐其久而散佚湮滅也，故併錄之。

十二、養生咏玄集，見洞神部，臨字號。共分集中論，榮衛論，氣論，魂魄論，谷神論，返本還元論，神與炁合論，抱一論，胎息論，自然論，龍虎論，煉陽消陰論，三丹田論，玄珠論，玄關論，玄門論等十七篇，所論皆修性命之要法。法於陰陽，和於術數，養於自然，變於修煉；小可以延其天年，大可以形神俱妙，而與造物者遊也。

辛丑農曆二月十五日夜文山遯叟蕭天石於石閣之西屋

# 上乘修真大成集目錄

上乘修真三要

附：禪宗心法牧牛圖

太上修真玄章

清微丹訣

先天金丹大道玄奧口訣

金液大丹口訣

抱一子三峯老人丹訣

析疑指迷論

乾元子三始論

至真子龍虎大丹詩

修真精義雜論

養生詠玄集



上乘修真三要卷上下同

圓明老人述

夫聞至道恢弘莫非返還心性體用權實紀  
網合和一也玉爐起火神翁幹轉天盤浮雲  
掃淨恁時方運子午乾息坤消應是日月之  
功天長地久誰肯輕開放過一寸光陰價值  
萬錠黃金達道之士走遍寰中難覓百姓日  
用誰知要妙窮極藥病雙遣到此方是修真  
大道

三法頌

認得無端輩這賊喚則心大呵一聲住三法  
一齊擒  
把定恰好處由自兩家強拈來當心斬三法  
一齊忘  
明三法

腳踏實地



了無常

性

心

命

功行自然

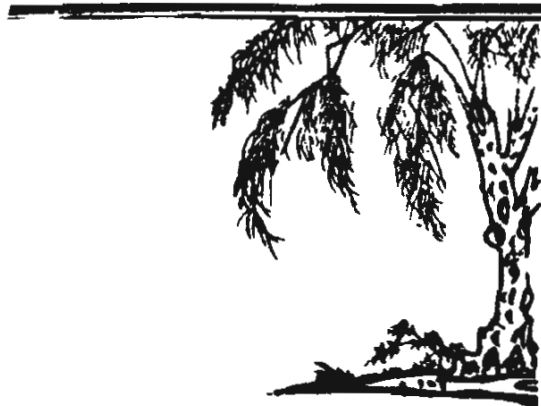
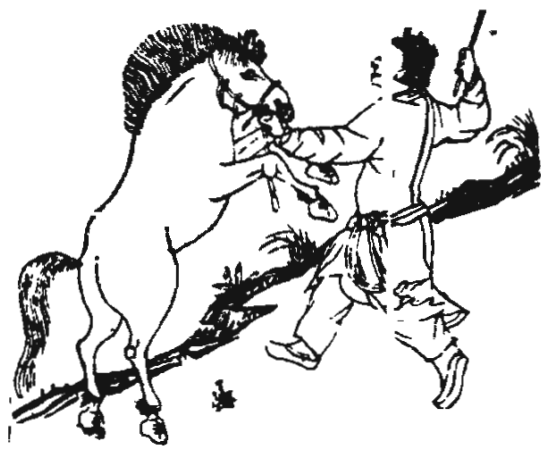




四蹄奔逐性不迴  
 萬中難選把韁垂  
 下手纔始閑處放  
 形駭盲黑落深墮  
 這馬好難擒捉住  
 牢絡首 絆相隨  
 意狂常與三十棒  
 自然伏手得明白

牧童曉去放隄防馬心賊  
 牧童隨性亂嘶嘶馬心賊  
 牽去村南放不防這馬心賊  
 一忽東西走片鉤兩三程  
 絆在荒郊處牧童趕守看  
 搖頭頻嘶嘶嘶嘶嘶嘶嘶  
 套項連蹄鎖牢拴不住看  
 尤自心不保咆哮又放奔

狂心迎風走背却本來家  
 一去無尋處何處在天  
 休做良才用難慈意馬心  
 一余逐風去無賢何處尋  
 奴馬偏難教背隨咬主人  
 擒來三十棒伏手自然真



絡首加鞭不放閑  
 牧童挽則意雙關  
 裸體背上無鞍轡  
 莫做尋常一眼看  
 彷徨馳騁雄哮性  
 專心固 勿究頑  
 這馬且休良才用  
 樂然微得喜容顏

把定繩頭使皆加鞭  
 絆在兩處放牧童守自然  
 牧童雖保意良心不自然  
 牽來又待鞭打斷紫羅  
 背槽又咬主狂心大不  
 不是真箇歌休作良馬看  
 些兒輕放過走了兩家  
 這馬雄哮性吞這病似  
 好與三十棒伏手得明白

前口重加絆牢看不放閑  
 牧童勤心慢失迷兩家難  
 常拉充不喂加鞭盡日  
 餓到三更後良性稍然  
 這馬天性劣長行千里心  
 牧童貪頑戲脫手最難尋



擬在荒郊外相顧盡交他  
拂袖間吟去收來付本家

頻看須索兩隄防  
牧童牽來在路傍  
不移一步專心守  
管教良馬性無狂

野草爲伴寒泉作近隣  
良馬喚遺立牧童樂性真

閑閑物外樂逍遙  
拈放縱橫不啻騎  
赤連了無獨自在  
超然棄却一簞瓢

意馬日日走教童幾時兩  
輪來休教遇把定自然安

牧童謳歌未休，獨騎閑閑物外遊。  
流水空山雲作伴，歸來清徹樂無憂。

歸來獨自晚謳歌  
長嘆光陰有幾何  
撒手却還林泉下  
逍遙物外任蹉跎

天竺良言性不廢教臺心  
松生迢迢日在吟



牽去寒潭洗形貌脫體  
牧童歌舞去良馬緊相隨

良馬把韉垂才行新主恩  
五明真堪擬超然獨出群

赤馬過西江牧童岸頭立  
擎住休放過打死有何疑

黑馬縱橫走白牛日日關  
牧童朝紫席清風散滿天

白馬性溫良牧童不用忙  
清風明月下獨坐點丹方

餐在無中守不空放下收來自不窮  
驢驢豈妨君子處只爲青蓮救五明

聞來物外舞春風。估起無爲一箇窮。  
玉篴不妨流水過。牧童饒會覓春風。

鑽在元命社時不教開  
鑽得毛魚瘦故下不用看





撇去荒郊不用看  
 白馬餐雲臺  
 出塵埃  
 閑觀綠水與青山  
 馬食欄下草  
 牧童閑處歌  
 閑來獨往巖中歇  
 長笑東風外  
 牧童得自如  
 一坐紅輪兩三竿  
 白馬青童道  
 不空騎來方  
 外覓春同  
 牧童纔知君子性  
 括來速放下  
 平地一聲雷  
 清陰下 水潏潏  
 牧童巖中坐  
 馬在松下立  
 縱橫自在無人問  
 良馬林中歇  
 牧童巖下吹  
 樂然喜笑滿容顏  
 良馬巖下臥  
 牧童枕月眠



垂鞭曾救主人公  
 這馬性如綿  
 牧童守自然  
 性善安閑道不空  
 意馬本是空  
 強名走西東  
 歌舞萬章無盡美  
 牧童歌舞最風流  
 閑閑處處樂無憂  
 古來堪做本家風  
 雪嶺嵩風運  
 寒潭月自懸  
 直然養得純和性  
 道逸閑樂天涯客  
 雲外清閑無所迫  
 童又喜 任縱橫  
 時來常笑舞  
 春風出有人無不澤  
 信步閑遊方外景  
 白馬共牧童  
 悟者意無窮  
 綠巖獨對與青松  
 牧童體自然  
 蟾光鎖碧天  
 草堂清冷處  
 句句韻幽天



睡無憂 省無牽  
運動八純消息理  
順常時用返經權

牧童自在樂巖前  
客看詩書不記年  
性空勿須輸意馬  
忘機絕却把心猿  
這會下手拿住性

逍遙處 樂煙霞  
人生百歲渾如夢  
隨緣度日布和麻

清風斜日就天涯  
好對山童共飲茶  
溪畔放驕無我固  
開花野草是吾家  
端的有些真誠信



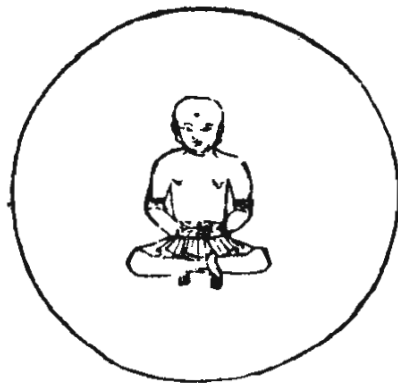


心似搞木若寒灰  
欲盡性清間調下水源  
 不做功夫自拜吹  
拙起千般有放下一也無  
 駿驥收來巖下臥  
騎來一練教童倒騎牛  
 好向峯前避世居  
三界十方現清風轉手隨  
 樂然有箇無動性  
枯弄無中凡聖一時分  
 高處坐 樂輝輝  
拙起十方界放下無天真  
 斬斷葛藤休引夢  
人馬無搖動明月對青山  
 清宵何處不明白  
三吹四號道元來本家風



忘言一性總包含  
忘言心不生即華生  
 密隱潛形卧小菴  
無影芽庵內獨坐無花  
 馬死孤身閑步去  
一靈無思是箇不即  
 縱橫歌舞假癡癡  
我舞我風去明月照身  
 迅步有似閑人性  
覺後無一物無性即自真  
 常守一 勿言三  
常守不空空無物本家風  
 不夜輝光無遮障  
清風起軒鏡裏一片珠雲  
 爐煨香卷罷清談  
我心似秋月碧潭光皎潔

雙忘人馬杳無言  
雙忘最難言妙用體得  
 內守全真養自然  
內守全真無一物自然  
 大道不須生善巧  
大道無一物自然  
 飢餐渴飲困時眠  
飢來要飯困時自眠  
 得一忘心專守一  
得一忘心守無心  
 衆妙門 玄又玄  
妙門常開無箇是  
 煉就玉胎分造化  
煉就玉胎分造化  
 壺中別有一重天  
壺中別有一重天



法身清淨徹三天  
法身清淨徹三天  
 名強都忘總莫言  
名強都忘總莫言  
 寶塔無形常見在  
寶塔無形常見在  
 金龍帝跨永延年  
金龍帝跨永延年  
 性滅心忘無箇事  
性滅心忘無箇事

光裸裸 赫蟾律  
光裸裸 赫蟾律  
 始生不知誰之子  
始生不知誰之子  
 元來始初紫金仙  
元來始初紫金仙



上乘修真三要卷上

上乘修真三要卷下

圖明老人述

周易參同大道第一

混沌之圖



真空不空 混沌無說  
一塊元氣 氣血盤結

劈開混沌體

方始太極生  
始分太極 三氣成列  
乾坤身心 參同妙訣

西江月

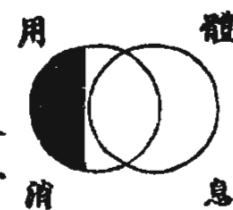
混沌元蒙如卵昏默默盈空浩然太素抱  
鴻濛一氣循環凝重內隱真水真火氤氲盤  
結如冰中心元始造玄功三氣齊分太定

訣曰

妙手點開渾身眼雙關撥動五明珠心藥採  
就三百字性煉陰符一卷書

乾坤體用正道第二

乾坤體用之圖



真火還無候

大藥返無斤

浪淘沙 鏡心

|      |   |      |   |
|------|---|------|---|
| 打    | 三 | 起    | 十 |
| 羅    | 際 | 方    | 方 |
| 不空性丹 |   | 真空心藥 |   |

入參同人難會點開圓明照覺迷天睡舉動  
施為明與昧乾裏丹元休把真空背坤中藥  
方以類採得將來付與丁公配合就一丸先  
天味食了登仙鶴駕遊方外 稽首衆神仙  
勘破乾坤九真息出運江煙箭射紅心師資  
準贏得周天方外採汞鉛丹藥雙全一般消  
息兩般玄括起二陰殊砂鼎打罷圓全  
訣曰  
心藥坤中隱丹對性裏乾火候無斤兩妙本



處先天

夫自混沌而流出乾坤體用兩卦老陰老陽各六爻乃先天象帝之元乾性坤心有無乃丹藥之理乾有六爻每爻三十六坤有六爻每爻二十四乾數二百一十六坤數一百四十四兩卦一十二爻配就三百六十日也修行之人按天合地造化修煉朝收暮採日煉時煎成丹豈不妙矣

乾坤丹鼎正道第三

朝收乾中龍體汞

乾坤丹鼎修煉之圖



息 老陽三十一乾

消 老陰二十四坤

暮採坤裏虎脂鉛

逍遙令

君問道只要谷神通但把乾坤為鼎器兩般消息妙無窮湛湛越澄清瑤池客方外運玄功放下萬緣都不望明珠在掌好叅同撞透海雲鍾

蘇幙遮

玉爐中燒丹藥煅鍊三成最上真箇妙海底龜蛇勤收捉納在壺中鍊就圓明覺照無邊光灼灼順手拈來直下長生勾功行十分憑戒約一對芒鞋穿上踏雲脚

訣曰

玄乳通消息綿綿鍊谷神無為真大道丹鼎點金真

夫丹之圖自體用乾坤而流出丹鼎乾坤而消息一十二爻陰遇陰變二數故老陰

二十四陰遇陰變三數老陽三十六修行  
之人按鼎內之修乾息之氣煅坤消之精  
以陽鍊陰成丹也

丹藥偃月正道第四

金烏夜宿蟾宮

乾坤  
偃月  
修真  
之圖



清一守一二之一嬰兒息靜

濁一抱一元一之炁女消動

玉兔曉居瑤闕

蘇慎遮

藥無窮頻收採丹鼎純烹一味通三昧萬法  
都無真箇會清靜家風最上為精粹付知音  
偏可意開口參同方外生智慧乾裏圓明添  
活計了見之時袖被懷頭睡

訣曰

夾脊雙關肘後般存神納九赴朝元還丹消  
息輕輕運半夜騎鶴到廣寒

望蓬萊

真消息明月照天涯玉兔彩蟾十五夜金烏  
飛吐紅霞一點道人茶清膏外靜陽紫丹砂  
偃月爐中烹玉藥硃砂鼎內結金花贈與道  
人家

夫偃月爐者自丹鼎而流出乾嬰清淨乃  
坤炁動濁互挾兩卦十二爻每卦有六爻  
五日為一候鍊月中七十二候之丹十二  
月之要也

火候昇降正道第五

朝飲一壺生鳳髓

乾坤

龍升息至玉液黃金

陰陽  
升降  
之圖



虎降消夏至鍊一水銀

夜餐八兩黑龜肝

蘇懷遠

滅無爭其火候升降全憑一點丹無漏鎖定  
元初與宇宙月到離宮自有神明祐煉天和  
真藥就片餉工夫看是誰蒸透玉筍鎖冰仙  
樂奏朝現三清萬劫長春壽

訣曰

一點真陽火齊升到廣寒降來歸氣海調息  
虎龍翻

臨江仙

寶劍重磨光色顯圓明正照無邊月華皓皓  
鎖蟾天一輪含弘處松檜幾居仙滿面玉塵

風舞動銀峯鋪翠雲軒鶴來先報玉皇宣跨  
鸞歸去也拂袖赴朝元

夫乾坤升降陰陽之圖自偃月爐中而流  
出乾坤兩卦乃陰陽之父母外除四象坎  
離震兌是也云陰中養陽坤抱乾隱坤乾  
兩卦十二爻位乾遇坤變一十二爻故得  
二十四氣也十五日爲中氣也十五日爲  
節氣中氣屬陰節氣屬陽六十四卦去四  
象有六十卦每卦六爻六六三十六即三  
百六十日冬至到午一百八十陽爻乾息  
乃鍊黃金夏至到子一百八十陰爻坤消  
乃鍊水銀乾坤乃陰陽六十四卦之父母  
得一忘一是也坤身乾心鍊丹之要也

三昧正道第六

點開一輪心月體

乾坤 心鏡  
周天 太無  
火候 圓明  
之圖



乾陽就乾內息丹  
玄精  
坤一抽盡坤中清一藥

用出萬卷指玄篇

蘇懷遮

閉玄關通三昧採藥仙翁收得真消息柳岸  
蘆花添青翠滿地白雲只許人不曾但拈來  
偏如意本分家風分付真心地一顆神珠明  
麗麗照破塵沙相遇人投記

訣曰

收得三昧火終日在坤宮靈丹成一粒分付  
與丁公

浪淘沙

虛運一周天消息坤乾陰陽升降月華鮮鈴  
汞點就七千數漸入功圓煅鍊體綿綿放下  
周全正當子午罷抽添八萬四千功行滿頭  
了神仙

夫周天火候者乃自偃月爐中出兩卦十  
二消息乾六息六陽爻自子行至巳金鼎  
之純乾丹成乃坤六消六陰爻自午行至  
亥土釜之純坤藥成天地乾坤衆生萬物  
大造也自初九爻至冬至一日至十五日  
上行七千子至午六箇節六箇中午至子  
六箇中氣六箇節氣往來各八萬四千之  
數修行之人一呼一吸脉行三寸都行八  
百一十丈十六丈二尺氣之行交大則一  
日鍊八萬四千之丹小則一時行一萬三  
千五百之藥

三元七返正道第七

乾裏煨成萬年丹

乾坤三元三宮  
龍雨息少陽三十一升  
虎風消少陰三十二降  
坤中採就三元藥

西江月

妙本三元真火收來煨煉成丹藥全二百四十元  
了飛仙黃房睡覺總無言方始嬰兒纔戀陽

蘇幙遮

聚三華合四象一氣流通上下頻升降飛入泥丸光百丈歲久年深鍊成瑠璃帳證先天朝無上當位中庸三五三十棒打就不來亦不往這箇家風端的無虛妄

訣曰

漸捨三元頓除四象一法皆無是甚模樣

七返真藥正道第八

水銀凝鉛死

乾

坤

心本



還丹  
還丹體元  
玄龜性

返藥  
返藥砂本  
赤蛇命

圖本

硃砂聚汞乾

西江月

七返硃砂返本丹須日用烹煎坤宮藥物採歸乾黑虎赤龍相見泰否調和得一中庸三五還元靈光射透九重天靜處當峯月現

訣曰

雲燦青天曉虛圓萬里明月波千處見一點  
太陽生

蘇懷遠

覓元因恰一對七返真藥兩味丹纔配火候  
刀圭深青翠上下升降觀面人不會下功夫  
休貪睡不屬中間要妙非內外夾脊雙關飛  
紫瑞一顆明珠飛上蒼龍背

訣曰

一顆明珠劈開兩塊撇了相塔存得實在

九還大丹正道第九

九還重陽丹

還無三九丹還元還元性

乾坤  
九還  
還性  
還丹  
之圖



延有兩味返本藥返本心

七返金蓮藥

西江月

九轉靈丹妙藥從來一點元真仙家收得做  
天人普度人人有分本來硃砂一味還元黑  
錫白銀河車搬運與心君了見不離方寸

蘇懷遠

妙還元鎮常在丹藥白銀那箇人不愛武王  
將來教君解琢就銀壺提向街頭賣要三成  
棄兩壞最上功夫巧造十分大圓滿一句徧  
飲快醉赴蟠桃歸去君休怪自子午戌九還丹

訣曰

丹裏乾坤大壺中日月長一點真消息曾得

與君嘗

本源無賒還元無取一點丹砂曾得便與

乾坤日月正道第十

撥動一輪乾裏妙

乾坤

三百日勝

日精

金

月華

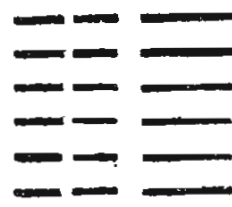
汞

之圖



見

見



華

精

坤中定正指南針

蘇模遮

採壺中凝日月片餉工夫煅鍊無休歇滿岸  
蘆花白如雪丹藥飛來教我如何說道無明  
真一訣得也第虛自在閑守拙直待鶴來方  
外接白日飛昇有分朝金闕

訣曰

舟裏乾坤壺中日月頻採將來鍊成白雪

蘇模遮

出五行修方外彼岸蘆花鬱鬱彤雲隱浩浩  
風光貪困睡喚覺從頭點對鄰交會雪中月

壺中日獨跨扁舟虛運松風瑞妙本將來醫  
爾罪普勸諸公休把元初昧

訣曰

跳出五行覓著方外清淨法身最上一會

西江月

撥轉飛天妙本鍊就一粒丹砂朝求暮採道  
人茶圓滿一句點罷玉衡纏教定正運動八  
面雲霞小菴獨坐倦仙家除睡萬緣不罣  
兩卦十二爻二六時中每時八刻四秒故  
得一百八鍊刻刻時時而下功夫鍊丹

掛金索

萬萬餘車白麪一和調餅圓成彷彿似天來大  
混沌蒸熟恰好則一箇順手拈來看是誰嚼  
破

真元超脫正道第十一

金鼎純乾

乾體  
雙忘  
真元  
超脫  
之圖



真全

紫霄雲鶴

蘇模遮

大真元超法界煅鍊精華歷劫常不壞七朵  
金蓮神通大普度群迷同赴蟠桃會紫金丹  
白玉塊處處圓明朗朗常現在一派清流通  
方外遍體陽神出入誰能賽

訣曰

方外全真梅梢丹月大無不已奧妙難說

道遙令

真大道脫體做神仙兩箇一般無二樣功成  
行滿玉皇宣鶴駕赴朝元浮空去萬法總無

言我本獨超三界外玄元不二妙真全寰海  
度人船

無為大道第十二

先天而生  
生而無形

無無  
真空

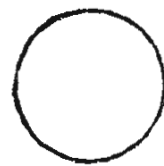
寂無

無為

不空

大道

之圖



太無

單揮瑤池紅蓮藥

雙剪祇園錦牡丹

不無

後天而存

存而無體

蘇模遮

這無為先天造有有無無端的無窮妙最上  
不空誰曾到強曰為名假作字之號道真常  
大秘奧覺象圓明得一元頓教代代相承心



印寶歷盡傍門獨顯真大道

訣曰

妙相通玄谷真空體自然字之曰大道不許  
世情傳

望蓬萊

無無處大道本無言萬法拈來則一句強名  
曰道字丹仙象帝乃根元真無處妙化有有  
無先不空寂無傳最上希夷微妙谷神篇宗  
祖在先天  
頓悟玄機漸離塵境雙忘頓漸無爲修真大

道了見本希夷戒律精持道德做神仙方外  
先知憑心地三千功滿八百行無虧諸公休  
生退勤勞謹務慈儉明白先人後已忍讓慈  
悲割斷俗緣最上遇玄門加志無移神明祐  
超拔七祖同赴絳雲歸

純覺心性歌

予修此心無罣礙覺性靈明常現在心開輝  
廓滿十方性了神通遍法界悟心閑性自解  
心是真仙人返壤會得速去性中尋頓心誰  
肯還宿債性離邊心光大性始劫來兆內外  
心定古今舊家風性似寒灰獨坐快心槁木  
性普蓋心色即空絕相戒教君識破性敦純  
所歇身心去已愛守汝心性可賴心忘都泯  
生何怪性虛因果杳無蹤心易沖和勿向背  
性靜篤心清泰性儉溫良休自責心慈慚愧  
莫貪嗔性信若寬人少罪心如火性猶柴心  
合赤子若嬰孩性同泰山無搖動心喻日月  
皓靈臺性白牛心牧寨性戰三尸自教敗心  
王便是主人公心爲利劍情先退心金丹性  
藥海離宮蛇女無心採住車坎府運周天捉

住烏龜心自拜心偃月性朗晦硃砂鼎圓心  
煉貝曹溪路上邯鄲性聚寶瓶中鉛汞會心  
全真性大道心性總除觀自在欲覺法身大  
羅仙休把元初心性壞

上乘修真三要卷下

未牧



普明禪師頌

未牧第一

猙獰頭角恣咆哮  
犇走溪山路  
轉遙一片黑雲  
橫谷口。誰知步  
步犯佳苗。

初調



普明禪師頌

初調第二

我有芒繩驀鼻  
穿。一迴奔競痛  
加鞭。從來劣性  
難調制。猶得山  
童盡力牽。

受制



普明禪師頌

受制第三

漸調漸伏息奔  
馳。渡水穿雲步  
步隨。手把芒繩  
無少緩。牧童終  
日自忘疲。

廻首



普明禪師頌

廻首第四

日久功深始轉  
頭。顛狂心力漸  
調柔。山童未肯  
全相許。猶把芒  
繩且繫留。

伏馴



普明禪師頌

馴伏第五

綠楊陰下古溪  
邊。放去收來得  
自然。日暮碧雲  
芳草地。牧童歸  
去不須牽。

無碍



普明禪師頌

無碍第六

露地安眠意自  
如。不勞鞭策永  
無拘。山童穩坐  
青松下。一曲昇  
平樂有餘。



任運



普明禪師頌

任運第七

柳岸春波夕照  
中。淡烟芳草綠  
茸茸。饑飡渴飲  
隨時過。石上山  
童睡正濃。

# 忘相

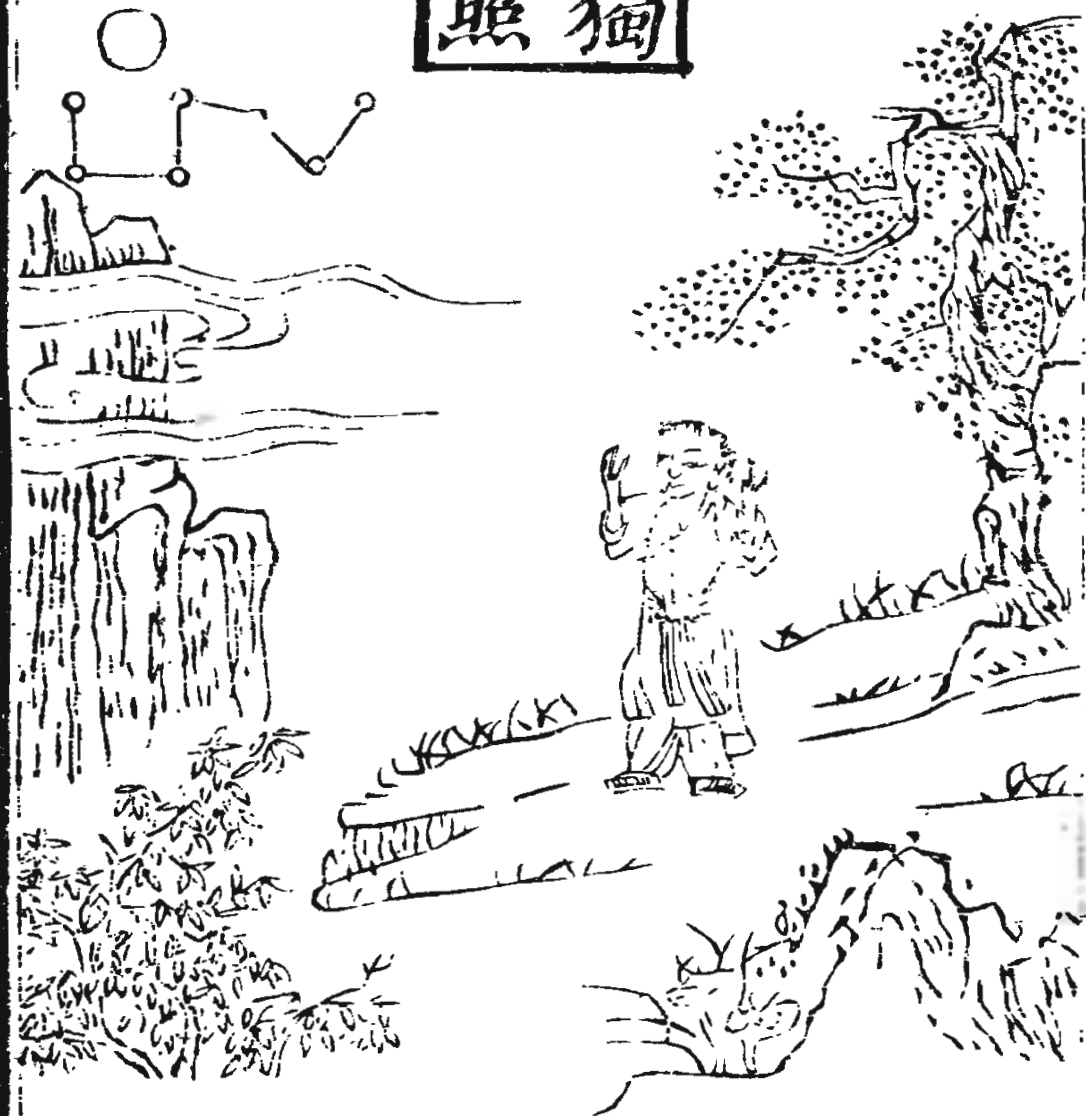


普明禪師頌

相忘第八

白牛常在白雲  
中人自無心牛  
亦同月透白雲  
雲影白。白雲明  
月任西東。

獨照

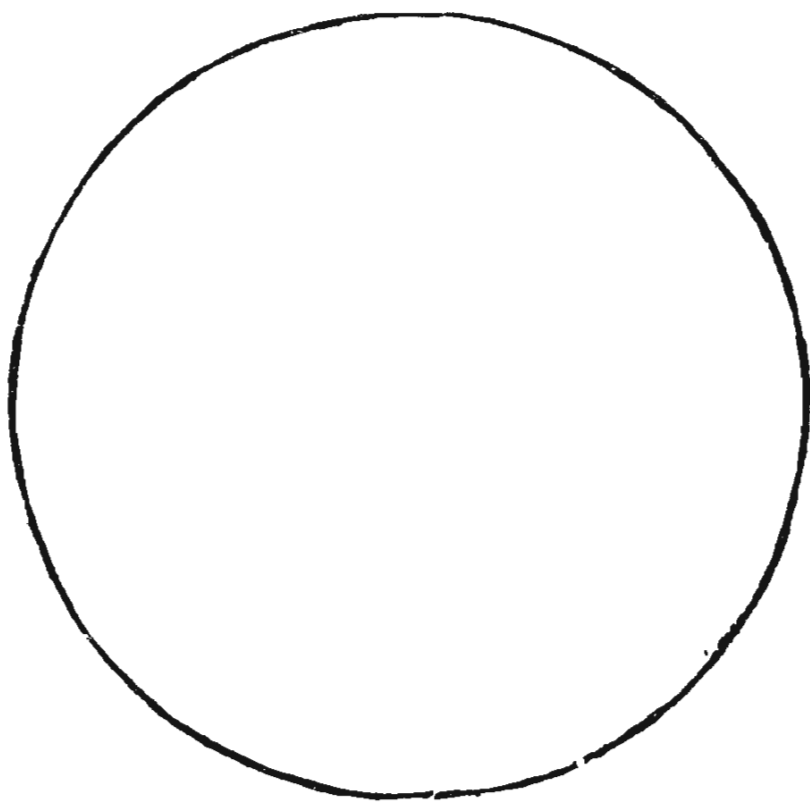


普明禪師頌

獨照第九

牛兒無處牧童  
閑一片孤雲碧  
嶂間拍手高歌  
明月下歸來猶  
有一重關。

雙泯



普明禪師頌

雙泯第十

人牛不見杳無蹤  
明月光含萬象空  
若問其中端的意  
野花芳草白叢叢。

太上修真玄章

別一

一炁化生章第一

神者性也有天地之性有氣質之性父母未生已前即天地之性父母既生之後即氣質之性氣者有天地之氣真炁也父母之氣凡炁也蓋人初在母腹中受父精母血成其朕兆也所謂凡炁合空洞帝真九炁而全其體段所謂真炁也一炁生胞二炁生胎三炁長靈明仙之炁而生寃性始來以體段未具而不能靈迨夫四炁鬼生五氣臟生第六炁高真冲融之炁而生靈體段始具則能動動則神生神生則性靈至九月炁足十月胎圓然後降生

性命根蒂章第二

神仙云人在母腹中其臍帶與母臍帶相連

母呼亦呼母吸亦吸及乎降誕前臍帶然後各自呼吸而所受父母一點凡炁則棲于下丹田中而寄體於腎其丹田前對臍後對腎在臍腎之間其連如環廣一寸二分有二竅以應乾坤上通泥丸下貫湧泉旁有六竅以應坎離震巽艮兌以通六腑一身之炁皆聚於此如水之朝東輻之湊轂故此竅為命之根蒂其性居丹田泥丸而寄體於心泥丸者在人之首明堂之間六合之內是為頂門故世呼嬰兒頂門為性門也性門未合皆知宿生因緣等事合則忘之矣故泥丸為性之根能知性根命蒂則始可言修鍊矣

先天後天章第三

天地之炁有二未受胎已前謂之先天又謂之母炁其為炁也至大至剛充塞天地周流

六虛晝夜不息人纔受胎便稟此炁謂之後天又曰子炁又云日月發生之炁即前所謂混合空洞帝真九炁是也其實一炁耳其炁亦充塞人腔子裏每日用子時斗柄帖地先天之炁隨斗柄從九地之下發生周流六虛造化萬物子時非人間之子時也日用二六時中常常收親反聽煥覺身中暖炁沖然即其時也經云精生其時時至自知百刻之中切忌昏迷天地之炁既生人身之子炁亦感類而從其發生上升丹田點化凡炁以成人身之造化

#### 形神玄用章第四

形者神氣之舍神者形氣之主形氣非神塊然一物靈神非形氣則茫然無歸宿之地嗚呼神則性也氣則命也二者不可偏廢修性

而不修命紫陽云精神屬陰宅舍難固未免長用遷徙之法修命而不修性釋氏云鍊炁純粹壽可萬歲若不明正覺三昧報盡還來散入諸趣所以儒家云論性不論炁不備論炁不論性不明要知性爲上氣次之

#### 金丹作爲章第五

鍊金丹者以形譬鼎器氣喻藥物神喻火功忘機絕慮收視返聽使精神鳧鳧意五者不泄定鼎器也晝夜玄攝心一處終日默然如愚如癡採藥物也惺惺不昧了了常如神不外馳其炁自息調火功也是以聖人忘形以養炁忘炁以養神忘神以養虛形神俱妙與道合真所謂忘者非枯木死灰面壁昏坐懵然無知之謂也心若太虛內外貞白圓活如走盤之珠澄湛如印潭之月動而不動靜

而不靜必有事焉而勿正心勿忘勿助其長  
縱之不逸於外制之不拘於內曾次間常虛  
豁豁地夫是謂真忘矣若夫虛化神神化炁  
炁化形死矣是與凡夫無別

虛無生化章第六

天地之外曰太虛太無總曰虛無又曰虛空  
以無心故虛故無虛則能容無則能化是以  
物各付物事各付事形各付形氣各付氣四  
者各付本根天地自覆載日月自運行陰陽  
自升降寒暑自往來四時自推遷五炁自順  
布飛潛自動靜色自色天地亦何容心焉此  
天地所以能長且久也人不能與天地同長  
久者以其有心故不能虛無苟能虛無其神  
自來歸神歸炁復始可言修鍊矣

修鍊三治章第七

夫修鍊之法當先慎言語次節飲食其次省  
睡眠此三者乃修仙修佛之大關鍵也胡爲  
而言哉老君曰玄牝之門是謂天地根綿綿  
若存用之不勤玄牝者神炁也口鼻者神炁  
之門戶也出息入息長收緩放使之綿綿歸

根復命以養元炁故先之以慎言語紫陽云  
虛無生一炁一炁產陰陽人自日用發生之  
炁每憑虛而生人纔飢虛便思飲食以故塞  
其炁其炁既塞不能歸元則隨聲色香味喜  
怒哀樂耗散之矣故次之以節飲食學道之  
士如雞抱卵使暖氣相續纔有間斷賺他性  
命人若貪睡則神離於炁炁無所主奔潰肆  
逸欲望凝結其可得乎故次之省睡眠

神氣交媾章第八

既能慎言語節飲食省睡眠然後行內鍊採

藥之方坐禪修幻之法次第而行之由先天之母氣下降而後天之子氣上升俱會於丹田默化父母之凡炁日久月深凡氣鍊盡真炁充實其炁油然而生莫之能禦自雙關升泥丸與神交始所謂追二炁於黃道會三性於元宮仍化成甘露自玄雍而下復入丹田一升一降成其造化但要此心虛無一念不動然後相應不然則藥材消耗火候差殊不作丹也此皆出於自然不可存神運炁與握苗助長之說同日語矣

### 動靜升降章第九

動極生靜靜極生動一動一靜互爲其用而已矣如天地之妙其動也闢其靜也翕不闢則不翕不翕則不闢闢者翕生生無窮若靜定之功既極元陽之炁自生炁之生也乾

坤震動山嶽動搖龍象爭馳風火相激醍醐灌頂光射簾幃已而淫淫若春澤液液象解水自頭流達足究竟復上升往來三宮自升自降無暫休息一升一降爲一周天蓋氣上升爲冬至子時一陽生於五陰之下其卦爲復進退至坤六陰既極復變而昇二至二分晦朔弦望五行四象二十八宿三百六十五度攢簇歸一刻之中一刻故有一年之炁象一年三萬六千刻刻刻要調和除却卯酉外可以奪天上三萬年氣數此皆與天地造化默相符合非執文泥象之法也

### 鍊炁成神章第十

當此之時氣脉調和精神爽快曦然如浴之方起睡之正醒夫婦合歡子母留戀自神抱其氣氣抱其神日積月累互相交合打成一



片陰盡陽純遂成真人迨夫脫胎神化身外  
有身聚則成形散則成炁去來無礙靈顯自  
如造化莫能拘陰陽莫能制鬼神莫能測寒  
暑不能侵道遙乎無何有之鄉與虛無同其  
體矣

太上修真玄章



清微丹訣

清微隱真合道章第一

芥

上藥三品神與氣精保精生氣煉氣生神形煉其神則可以留形住世而形者神氣宅也是故身安者其精固精固則其氣盈氣盈則其神全神全故長生若乃精虛則氣竭氣竭則神遷神遷則死矣故不死者煉精成氣煉氣成神煉神合道能事畢矣道法云乎哉全形者即煉精之謂也須其六根斷絕一念具純以時入室端坐凝神定息良久即鞭亦龍上擊七十二天龍則離火自降坎水自升往來結於黃庭伏其真氣煉其陰邪冷汗自出如此五遍合周天三百六十五之數陽光遍體為純陽則全形氣之道宿殃自解萬病消除不憎不妬不慾不姪然後煉氣合神也夫

煉氣者實心定息元寂綿綿神室內守丹田臍中動息綿綿續續兩手抱臍丹火溫溫六根定安物我兩忘乃煉氣之道行無狂步言無疾聲然後煉神合道也夫煉神者入室端坐神氣既息不出不入心無二用一念無著視而不見聽而不聞炁住而為息神入而成胎昏昏默默杳杳冥冥意遊長空見一景物光如金橘非內非外守其物矣如月之光如鏡之影操之存之初不相離恍惚自然大如車輪形見其神神見其形形神相雜心生踴躍其光自散如日月照虛空形神俱妙與道合真矣神歸體則真神自靈若守千日之功離形飛升百日之功超凡入聖不樞不機其理自然也

入室功夫章第二

此竅非凡竅乾坤共合成名爲神炁穴內有坎離精心下腎上處肝西肺左中非腸非胃脘一炁自流通蓋此竅世傳臍下一寸三分者非也正對臍上一寸三分者是也所謂臍之後腎之前大腸之左小腸之右其中空洞意到即開乃乾父之精坤母之血結胎之黃房也名爲神炁穴中藏水火精其中左有火竅居常晝夜不拘時三五七次或逐時趺坐左足上右足下瞑目定時凝神於混沌之中不出運赤龍上擊七十二天則真火自降靈泉上湧即以舌柱上腭俟華池水滿盪漱五七通咽下其中想見一炁混融靈光浩蕩或奏師煉神持呪述事如此隨意行持即用離形去知物我兩忘如此用工三七日或一月以手按竅兩傍如火之熱覺左右擲擲而動

是其驗者所謂收爲胎息守爲竅也半年一載勤而不怠宿殃悉去向上工夫金丹大道不外是矣

### 臨壇召合章第三

○瞑目凝神聚氣於混沌之中不出不入一炁七遍劍訣火鍊真文嚙下祖宮過三關升入天門意遊長空張目直視見三字金光迸出照天燭地放出號令萬真稟行

### 發用章第四

雷困真人曰耳熱生風眼黑生雲腹中震動即雷鳴汗流大小皆爲雨目眩之時便火生入息靜定良久神息既調直待內境不出外境不入但覺身非我有天地虛然入定光中或見祖師出令雷霆萬真隨行意欲五事皆集丁寧發遣次復收斂運一炁七遍之妙近

視天然下降地炁上騰蒸山煮海交合混沌於黃中釀成五事臨壇之際撥動關揆隨竅而發也耳熱則雙手玉文運起從腰腎間上升至耳一拂而上即南風下北風前東而後西也眼黑即如上運升以目光直視長空散雲瀝黑目動而止腹震動即以局運從腰間上升至耳以局提提耳三按而發汗流不止或大小迸急則以身振動竅穴俱開大雨如注目眩之時即如上運升以目閃左則左右則右已上關揆在大靜定中所謂無中生有。不可以爲無心作不可以有心求平日工夫純熟至此自然而神不知其所以神祈禱焚邪應如桴鼓此玄之外更無玄矣千金不傳得此寶之

### 坐功瞻法

玄牝之門在兩腎中間名曰大海又爲弱水其爲丹田左青右白上赤下黑中黃男以藏精女以藏血乃孕毓之地爲人之根本五炁之元始也中有神龜呼吸元氣流行則爲風雨激搏則爲雷霆通貫四肢無所不至左右腎爲日月之精華爲龍虎之變化前臍則爲崑崙爲大山爲淵爲五城中有真人即五帝也五城之外有八使即八卦大神八使并大一爲九卿上有十二重樓樓中十二子并三焦神爲二十七大夫又并四肢神爲八十一元士太一至真人居臍中主身中一萬三千神將郊在頭上腦戶中廟在項後頂上社在脾左端稷在大腸竈處風伯在臍輪下右傍雨師在小腸盡處雷公在大海右腎電母在八門右上弱水之頭一身之中神宮凡三十

有六各有官僚宰輔皆受命於太一真人凡人當膳法守之集身神斬三尸勘六賊方可混合造化窺測乾坤天地雖大皆在吾身中也斂身趺坐目視鼻心守玄牝然後定精神形體氣神氣相守命神念之所至運炁神自然而然降心神專至誠一呼集身中之神時以眼視鼻端就觀祖府靜而又靜一炁七遍

### 泰珠造化

頌曰一法生萬法萬法歸一無

太上云如於內毫釐有差天壤異處功有等級連無先後後學詳之勿爲易得決欲行之此法乃萬法之關鍵三洞之樞機當願神養炁煉體凝精屏雜念絕嗜慾斬三尸含一炁內念莫作外念莫生純一守素正定無爲方可安手頓脚敬而行之保命長生先以兩手

大熱運上頂漱一口二口咽下第三口漱了使津液滿口前二口乃五味所生稠唾故取第三口金液還丹是也以舌捲下藏味凝香二穴關閉目內觀泥丸存五色雲氣却平坐左手覆右手左足疊右足存思中

一神通萬神俱通 一竅通九竅齊通

（案）此混沌

法行先天一炁

（竅）收爲胎息用爲竅通法之中真妙諸子緣澤風有因得之依然自來

我稟陰陽二炁 出則轟天震地  
神歸山嶽摧崩 煞去精邪粉碎

法中之要非專於符非泥於呪先以我之正炁合將之靈法之繫在手斗之所統參於正罡乃四正之炁中正之謂也炁罡乃斗之煞也以天之斗隨身之轉罡亦如之然我之斗我之罡在於何處須明我之罡我之斗三

合用之無不驗無不通者也。擬則竅妙可見。動則運然可知。神炁清明朗如秋月。靜中之妙法中之玄。其然能知將本居天合之何也。但居二年之中。定光之內。吾以神炁相貫合。將爲將則萬病俱消。萬邪賓伏。故德者道之符。誠者法之本。道無德不足爲道。法非誠不足言。法守道者正。正法化行。循法無私。將必聽役驅役。法乃正已也。道者守已也。如此二事不虧一心。不易雖王公大臣亦可坐伏此道。之所以爲法也。今傳法時。祖師所以江湖之姓遊天下。爲伎能徒有其名而無其實。皆法以道行法亦法。以法行法也。遂使後學之人法俱不明。何有於道心。而悖道何有於法。夫天不言而默運地不言而發生。道不言而包羅法不言而靈應。天以炁而降地以炁而

升道以炁而爲主法以炁而化天之將即地之神道之符即法之印入道從法先明天地之根。次究神炁用天之默運則轟雷雨電春生秋煞變化無窮。地之默載則果蓏根苗發生長養厚載無量。道之包羅上而天下而地中而人無所不包。必如是然後可以明道。可以行法。是必正已誠意神炁冲和。故道即法也。法即道也。天將守律地祇衛門。元辰用事靈炁常存。可以驅邪可以治病。可以達帝可以嘯命風雷。可以幹旋造化。初不必許多枝蔓。惟正一字而已。無所不達。不可以道爲門。以法爲戶。而生諸障。恐神將爲邪所使。則無救也。修真學道之士。審此爲戒。行天地大造化總在一竅中人能知此竅。萬法悉皆通中。宮指玄之圖又名玄關一竅。又名爲玄牝之

門前對臍後對腎其白如綿其連如環方廣一寸二分一身之精粹皆聚於此在臍上約

樓丸泥



吸天河之水入我身中黃河水再運從夾脊雙關倒貫入符急用淡墨水

雪得天地之中炁十五畫吸一口嚥在符中乃為雲雨

意玄武水火龜蛇在玄武下

(坤) 以直內 (中) 萬炁歸一炁

玄關一竅乃先天一炁此乃萬法英華金丹之樞紐在于靈寶謂之玄珠在于神霄謂之真王在于雷法謂之雷祖在于煉度謂之水火在于南極謂之圓光在于老君謂之法主

在于符水謂之靈光此是真一之炁變化無量大神可降伏六天魔鬼可追九地精靈煉度亡靈以生天解釋多生罪咎此道法之至秘不宜輕泄即招天譴罪非輕也

清微坐功

凡入靜室跏趺端身正坐兩手握固萬緣放下定心如太極混沌未判之先虛空圓光之內又如圓光一竅之中混沌一同身心俱無澄澄湛湛普照十方天地莫測鬼神莫知早晚靜坐亦然常要運月

內煉陰陽雷神



月 日 心 大 土 金 龍 耳 木 腎 水

右法先存坎離上升自泥丸宮出成二斗混合妙在其中矣



坎離混合出泥丸 二斗相交照項前  
 心火腎水隨升降 璇璣一出在兩邊  
 煉得二帥不須言 元始三台變自然  
 須臾雷雨霽霽降 化運千千萬萬年

急晴

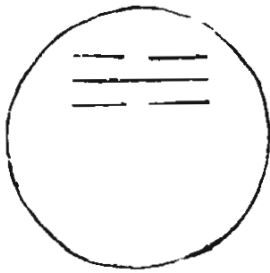


用香亦可紙亦可符  
 用朱書出筆向上

析晴四時俱用指坎餘則隨事按卦所指



水 火 既 濟



出筆向下

清微丹訣



二篇同卷

先天金丹大道玄奧口訣

金液大丹口訣

芥子

先天金丹大道玄奧口訣序

予壯讀丹經經引物論理處稍窺見一二時  
既有室且宦遊雖好誦行之未暇也行年二  
十有八坐邊事累責春陵道岳陽客有示晦  
翁北山萬壑雲氣深萬死形魂生羽翼之句  
者予感而歎之曰天地循環惡獨不能先遽  
瓊一年知非耶即遣婢妾妾塵頓空一日遇  
樵隱說丹要於雅吟亭詞甚不須瞭然易解  
而予頗以易而忽之未及竟而別既抵九疑  
友朋相與結茅深山投業之暇稍思爲己主

以靜而佐之丹學火符卦節無不合訣然靜  
境亦身有悟解追憶飛吟所授方將弦圖改  
之而被旨北歸遠鶴故鄉見者已怪其霜髭  
之返黑益信丹學之妙雖髣髴依據猶足自  
愛況得的傳而行之哉未幾蒙恩起家參江  
閭幕單騎就戍官府如山居輒玩老易每以  
無同志爲恨忽毗陵霍君慧然袖丹訣來訪  
讀之猶吾岳陽所聞也大槩以真藥坤土火  
候爲丹家三要源流出悟真篇而綱目與濂  
溪太極圖不異且嫉世人惜容成穢論傳悟  
真以逢士大夫之愆而誣紫陽之道嗟乎霍  
君曷不早值十年使得參同以坐進此道於  
九疑閑居之日即霍君以其訣求序噫水魄  
火魂太極聖經月戊日己正位真土乾坤吾  
丹鼎坎離吾丹材復姤吾丹候黃中通理至

道一凝則昏氣濁質變化無餘而充實輝光  
聖功純熟矣探無極於後天求正位於他體  
不思吾氣質變化之不易返欲假偏陰之至  
昏至濁者而滋妄焉其不趣鬼市也幾希子  
澄世念久灰不知富貴為何味更塵厭行當  
棄去結廬五老之下雲藏一壑霍君異時過  
我相提携相警省使悟真之學證驗昭晰將  
漁溪太極圖軻書之夜氣太易之乾龍並傳  
而不朽則君之一身雖窮猶達而子亦免索  
隱行怪之譏因序此書將以贈別淳祐辛亥

立夏吉日玉淵子劉子澄清叔序

屈原之賦遠遊朱文公之讀參同其感激憂  
憤之心一也然金丹一術其黃帝內經而魏  
伯陽演之則非誕誕矣近世玩其文著書以  
明其學者汗牛充棟而得其真者絕無一二

雖天分不可強而亦由古學之無傳爾矧幼  
而慕此老而有聞而年運已往不復可傳乎  
鄉友霍君見示此書其間漏泄甚多視他人  
所著述絕不侔因喜而爲之書且爲道屈原  
朱文公之讀參同以啓悟後學焉淳祐己酉

孟夏四月朔晉陵尤靖謹書

先天金丹大道玄奧口訣

晉陵霍濟之述

大道生于先天自然而然也自無極而太極道隱於未形自太極而天地道顯於有體是以由陰陽而生五行本五行而孕一性一性稟則一造化一形立一乾坤則知人之一身凡精神消長氣血盈虛無一不與天地並其陰陽造化猶于一身者則有先天焉有後天焉先天者何真中之真是也本方寸之資其玄虛之體喻之爲鉛汞托之以金木名之以龍虎大抵總謂之二物通謂之四象是謂五行之清氣屬一身之先天也後天者何五臟是也塊然無明之質以滋有漏之身修之則僅能辟病延生賴之難以脫胎神化是謂五行之濁形屬一身之後天蓋先天上道幽隱

而難知後天淺近而易見或者以性宗坐禪爲先天不假作爲不明造化騰騰兀兀乃禪學屬陰非陽神之仙也若是性宗爲大道古先上聖何名爲金丹何名爲神仙但只言學性亦可矣殊不知先天之道近而瞭然易見修而易成奈世人愚昧不知自身何物爲先天何名爲鉛汞何名爲龍虎也若是性宗是丹何不竟言一物却言二物者何也又言四象者何也若不遇神仙傳授終難臆度平叔所謂饒君聰慧過顏閔不遇真師莫強猜者是也或者又捨先天而學後天則曰黃庭以五臟爲主一身以氣血爲主但只存思內觀嚙津納氣亦是仙矣殊不知後天之五行不能飛行變化乃形滓之物非虛無中一之氣也鍾離先生詩云心腎却非爲水火坎離安

得作汞鉛是也蓋有形之五行止能延年辟病不能昇真先天之五行如日月中之水火有象而無質故飛行變化乃能成仙學者所真悟此夫先天金丹者一自吾身中未生已有其物一物分二間隔東西是名鉛汞亦名金木以金水同宮火木同位故曰四象若無戊己和合交結則不能歸于中要在察天地動靜之機探日月盈虛之妙於斯時也觀天之道執天之行盡矣但戊己在天地之間亦已不存須識得天地何時有戊己方可進功此即火候也或曰脾即土也何謂無土豈知脾乃後天即辰戌丑未之土非戊己也平叔所謂要洞曉陰陽深達造化方能追二氣於黃道混三性於元宮攢簇五行合和四象者是也余世居毗陵先君上谷府君曩遇聖人

傳授丁得其傳不顧漏泄謹以先天鉛汞火候具載本圖以傳後學倘有骨像合仙之君子焉面相逢夙緣契合識利名之泡幻歎生死之風燈或欲聞大道之要焉吾無隱乎爾

歸根圖



此草木之根也賴凡土培養故根常活根不存則枯人之根自有形而根已散失不賴戊己真土培養則不能歸其根者復也散而復歸故老子云歸根曰靜是謂復命

人之根喻如草木顛倒而生

是天謂根



平叔云不識玄中顛倒顛爭知火裏好栽蓮  
者是也經云氣氣返故根爽魂隨本根飛根  
散玄葉

金丹藥物直指圖

平叔云鉛汞兩般為藥物又曰二物會時情  
性合道光云一物分為二雲房云除却鉛汞  
兩味藥其他皆是誑愚癡此二物不在五臟  
不是精血不是津液不是存想不是禪定不  
是坐空不是採戰

鉛汞二物也不在身外求覓當於自己身中  
尋此二物天地有此二物而長存人身亦藉  
之日用故易曰百姓日用而不知故君子之  
道鮮矣

亦謂之金  
亦謂之虎  
亦謂之龍  
亦謂之木



平叔云二物會時情性合  
此謂之二物以金水同位  
木火同宮又謂之四象也  
平叔云四象不離二體

三五圖

三 戊己自居生數五  
五 戊己自居生數五  
一 三家相見結嬰兒  
水 北一西四共之五  
金 九三何處即君  
火 只因彼此像真土  
土 遷使金丹有這道  
木 有歸木液與金  
土 遇土却成三姓





施功只在一箇時內造化一一圓備若以月之間進退論之自有日分尤不容牽強日言之自有一月之陰陽凡一月一歲亦然且以日時論之要見殺機返覆要見刀圭河車要見回死戶為生戶矣然後十月胎圓百

日功成一紀飛昇盡在是矣

金丹大道指迷頌<sub>十二首</sub>

金丹全在得心傳不比空門學坐禪藥有烹煎火有候陽神氣足便成仙 右不是禪宗大道非干存與想汞鉛不是炁和精要知無價長生寶有象玄珠徹夜明 右不是存想燒香叩齒及存神握訣書符召萬靈此樣工夫非上道真中更自有元真 右不是行法汞鉛二物坎離形蛇女嬰兒虎與龍不是心肝脾肺腎真元別在水晶宮 右不是五臟

修丹全在斷姪癡說著房中便是愚太上神仙清靜種如何穢濁立丹基 右不是採戰一從太極判乾坤祖氣根元已不存草木尚能深固本修真全在學歸根 右尋本根東華相望白龜臺金闕差我向北開便看真

人升玉府靜中聽得震天雷 右認藥物

陰陽交媾自烹煎不列中央妙不全天地何時有戊己更尋真土在心傳 右識真土火候抽添進退機盈虛消息想幽微玉琴三疊還知否寶鼎神光冉冉飛 右悟火候

谷神玄牝是丹房此是長生不死方箇裏靈胎交結處純陰剝盡變純陽 右看丹房又胎結就玉鑪溫一氣回陽返故根飛躍潛藏皆在我蓋因身外有身存 右結胎仙神仙妙訣信非輕難遇當知却易成進火功

夫無間斷陽神迸出便飛昇 右謹終始

後序

神仙可以學得不死可以力致古有是語信不誣矣巨川世居毗陵自高祖少師晉公以倫魁事徽宗與仙人方士相往來世傳有金丹圖持以示林靈素且曰陳希夷之妙訣也林靈素得其旨而高祖分與道殊聽之嚙蠟而不能悟持以遺金樞郭公三益乃高祖母越國夫人郭氏之父也郭頗好道不能盡究其事此圖家藏又越九十餘年嘉定中先君上谷府君忽遇武當山赤脚陳真人首傳此道歸玩舊圖若合符契因增註口訣欲刊先君解化巨川歎玄學之無傳慮此書之湮廢於是露香盟天命工鉅梓續先志也嗟夫世人貪生惡死皆有是心奈以嗜慾爲累不能

堅志力行以致中輟是知聞道易而行道難巨川幼喜學道自卅角習靜先君慮巨川之荒舉業每止絕之而巨川終不能已弱冠時異事殊利名韁鎖念不到此後來先君以其訣傳授諸門人當世異姓貴戚之卿有聞而行者有行而未力者有喜聽而不喜行者而巨川得先君之心傳且戒巨川曰吾得神仙之道無神仙之福今老矣玄功作輟莫竟其事靈宅頽舊將用遷徙吾於節齋有緣可托大事於甲寅良月遊雪川與節齋飲酒歡越一日忽告別坐客聞知其意翌日以書報巨川曰虎伏龍降臨行不忙有子可付無事思量嗚呼使先君有餘力以畢其道又奚止此而已哉因書其事於丹圖之後巨川百拜敬書

按樞密郭公舊序云余讀漢張良傳觀其受書於黃石公不亦異哉談笑興王人莫及之誠有所憑藉然本傳謂一篇書乃太公兵法今其書行於世人皆讀之子房所得必不止於此余意其妙旨秘而不傳觀婿霍端發家世蓄其書歷年之久不知其所自來林靈素見而奇之謂陳希夷心傳之書霍親携以示余果奇書也求而得之余後持以見林靈素以得其真旨頃於高麗海泛海山險阻多矣歷試無不獲驗可以爲身中之寶信乎傳余之子孫恨不得傳故序以戒之宣和元年十一月上巳郭三益序

上谷總管霍君諱懷字伯玉毗陵人也崇寧大魁少師晉公之曾孫君生而聰慧學該九流百家之與個儻不羈蹊財好義常急救人

苦難若已有之曾遇聖人傳授丹訣得尸解之道甲寅冬無疾示化于雪川趙觀文私第之別墅其子巨川亦有方外志雖鵲抱之戰累得虛名視功名土苴遜世無悶若將終身焉一日以其心傳丹訣刊行以續先志余因得炷香一觀繇力淺未及問以願學焉寶祐丁巳中和節

先天金丹大道玄奧口訣

金液大丹口訣

太微洞 天白 衣道者 授

中虛妙靜寧真子鄭德安序

夫欲修真必須窮理盡性以至於命可也性未明也命不可知故釋氏以性為主命為伴太上以命為生性為伴此二說甚好性為主者先要明我父母未生已前是箇甚麼將萬境萬緣悉皆看破元來只這一點虛靈為主此箇身體亦是虛幻既如此時末後一著作麼收拾回去佛云向上一著千聖不傳如得者名為六通無礙六自在如來如無此著終為頑空祖師云饒君了悟真如性未免拋身却入身從此更兼修大藥頓超無漏作真人太上以命為主者先要人實腹養身保精生炁以炁化神以神合道縱橫猶得長以玉樹

枝莖茂華茂盛之喻工夫鍛鍊純陽為體身外有身千千變化穿金透石現種種之神通與佛何異性命二字不可分作二亦不可併作一件說故仙家金液九丹妙訣金箱玉笥萬劫一傳玄科云遇人不傳閉天道妄傳非人泄天寶輕泄漏慢罪滅形九玄七祖受冥考伯陽祖師云竊與賢者談曷敢輕為書寫情記竹帛又恐泄天符若遂結舌瘖閉道獲罪誅可以口訣難以書傳諦思之不須論深藏守莫傳文平叔祖師云吾昔三傳與人三遭禍患自今已往當鉗口結舌雖鼎鑊在前刀劍加項無復敢言矣余思之願天下人悉達此道如此戒行深深當如之何既得師傳不免漏泄粉骨碎身難報師德先師云一人傳道福及九祖太上願願長生必不固靳余

遂撰六十四句口訣號曰太一含真火符直指七言詩一十七首號一秤金西江月六首應純乾卦於中括盡下手工夫玄關一竅藥物川源火候祕旨進退抽添沐浴溫養脫胎神化無不備悉此乃是余親行所得之妙望學者勤心精進刻日有驗得驗之後每日消息擬時要准辯認浮沉識昏明知早晚莫瞞睡節飲食工夫到降則取升則迎打成團發光明密綿綿而無大過之患猖狂狂則有不及之憂得之非難行之爲難守之尤爲難量都來十月之辛勤永享無窮之逸樂然此未知那箇是決烈慷慨特達能仁明道者得之默而行之句句相應方遂德安之願也如遇師訣誠與不誠行與不行勤與不勤則非德安之咎也余摺曰我若悞了肯學人萬

劫風刀當受考如遇此書生輕慢怠惰者永爲下鬼禍及九玄學者察焉

訣曰

余年十九去叅師得遇至真老白眉一言指出玄關竅有有無無誰解思得竅歸來專內視黃婆只在這些兒我今不避天誅責說與學仙人得知心下腎上中高處約以髣髴是根基莫執有象妄爲做只今凝神定此規做時跏趺須大坐絕塵忘念眼低垂鼻息綿綿調欲住欲住不住若毫釐到此切須休念起若還念起氣神離寧耐百骸如若墜任生任死勿生疑霎時百脉氣攝來心如昏悶力難支滿口玉液欵欵嚙便覺頭底冷風吹中間一道熱汗流流至尾間化爲離炎炎衝入崑崙頂化作一粒玉珠垂迤迤邐邐流下來冷

窈窕地如雪梨看看滴在玉池裏便將他送  
始相宜穿過重樓入土釜紅蓮含藥景絕奇  
以意送入黃金鼎鼎底火發無人炊此是天  
然真火用起時爲候少人知一刻有丹一刻  
採一時火起一時窺千經萬論俱不載我今  
漏泄願君爲每日一陽來起復急須進火莫  
稽遲進火別無他計較只將心意去迎之火  
若武時心用武火若文時以意隨積漸汞乾  
鉛自竭抽添進退象盈虧沐浴只忌卯酉月  
若還加火必傾危到此節氣宜保守過此之  
時謹慎施十月胎生且溫養一朝現出一仙  
姿容貌一般無兩樣方顯神仙妙用彌更有  
一言相囑付切莫脫胎亂奔馳神若出時頻  
顧宅出熟方可遠遊嬉姑待三千功行滿  
玉皇下詔入丹墀

詩一十  
七首

初習坐

先且跏趺坐半年次宜清靜絕塵緣然後用  
吾真妙訣誠心一志守中田

下手

存神定志入黃宮百脉朝元炁聚中形重如  
山汗如雨霎時火燄自冲冲

工夫到時

太極無形生一炁默然一炁化陰陽清中有  
濁從天降黑裏藏紅自地彰

火候

聖人傳藥不傳火從來火候少人知于今漏  
泄天機妙火發初爻是子時

擬時要准

爐中赫赫火長紅亦用心迎入土宮每日一

陽時要准莫教錯用費神功

物藥景象

守一壇前茅已萌朱砂鼎底火初明中宮玉漏丁丁滴皓月橫空夜氣澄

升降交結

水出高原下玉京火生地戶發光明一升一降歸中土結就團圓離坎精

抽添妙用

汞歸金鼎鉛藏伏鉛產玉壺汞自消二物有無成至寶抽添理法自然超

浮沉沐浴

沐浴之因兩意微學人須要不違時真炁薰蒸周徧體一炁浮沉始合宜

紫河車

含養元神氣與精紫河車動似風輪潺潺水

響華池內燦燦金光徧體春

聚散變化

前短之因交媾時退長成物散回歸陽消汞涸渾無事直待周天再發機

養成炁母

金胎神室在中宮似有如無要積功三箇月時形似橘一年數足亘天紅

百日基成

十旬內鍊慎持盈漸覺爐邊似菊馨已是半成消息處小心姑待出黃庭

沐浴忌日

兔雞之月且開懷住火休符保聖胎十月成功光透體天門烈烈頂如開

移神換頂

替月移神直上昇三關一透便通靈青娥仰

視崑崙頂穿過黃庭入紫庭

溫養胎仙

炁足神靈入紫宮三年溫養要雍容若還塵  
境纖毫隔失却蓬萊路萬重

自然神化

九載提携身外身此時出入不由親功成行  
滿丹書召鶴駕翩翩謁紫宸

西江月

六首

剥盡一陽來復溫溫井底靈泉紛紛白  
雪降長天人在瓊樓飲宴忽聽黃漬報

道翠娥已至官前二人相見結親緣料  
想無人得見

臨得二陽來到急須喚請金公三人相  
會入黃宮恩義相施歡共飲用龍肝虎  
髓醍醐美酒香濃這般富貴是仙翁勝

似豪家受用

條忽三陽交泰氤氲萬象皆春民安國  
富賀新正大地人人相慶不覺元宵又  
至皇家放賞華燈嬰兒姪女暗歡欣記  
取月圓時分

天上有雷大壯人皆恐懼修身千山雲  
布炁薰蒸沐浴虛心清靜此理賢還悟  
得便須能解衆真陰陽到此兩相停二  
八德刑相稱

老陽逐出少女全家俱是男兒五行四  
象旺當時富貴因茲蔭起中宮黃金作  
壁重樓玉砌階梯更兼身內有摩尼元  
始懸珠可比

四月純乾夏首華池菡萏花開金波皎  
月映樓臺珠露荷擎堪愛以造天然造



化須憑神運安排虛中功行是奇哉說  
與常人不解

### 安樂歌

君不見安樂窩中懶散人不貪富貴不求名  
但向無中尋取有須當認得假和真大道本  
來俱恍惚陰陽相制却成物學者愚迷總不  
知萬史千經尋不出遇明師親指訣只在眉  
毛并眼睫高峰要到若須更不遇直徑徒跋  
涉安鑪鼎立根源離中有汞坎中鉛二物相  
將歸土釜黃婆媒合始團圓這件物無處覓  
要妙玄微人不識自家活計自家收任你強  
梁奪不得人人有炁精和神不是硃砂及水  
銀偃月鑪中頻進火鍊就金精却一斤既有  
本何愁末自在逍遙長豁達逆順縱橫體自  
同得象忘言成正覺人笑我貧我不曾爭奈

身貧道不貧玄珠至寶爲吾友養在丹田無  
價瓊空不空色不色造化循環無盡極人來  
問我若何爲不能共伊談論得枉勞神謾費  
力薄福之人誰可測未知南北與東西寧辨  
青黃與黑白濯甘泉滌垢汚神仙也是凡人  
做妙用分明在目前崎嶇行遠路賓是  
主主是賓賓主相看親更親契論丹經憑口  
訣箇中端的自然真存其心養其性性若存  
時心自正無爲而爲無不爲萬境俱忘神自  
應非或是是或非是是非非轉執迷迷人不  
悟玄元理達者超昇上太微既得魚兮安用  
筌既渡河兮安用筏安樂窩中樂道歌便是  
長生不死訣

### 歸真篇

示後學

道即心也心即道也道由心生心由道有因

心明道因道悟心心生爲性性從心有此性者真性也無生無滅無去無來不增不減如如自然炳煥靈明圓通太虛者是也變化感通之謂神神之由也神無心不立心無炁不成炁無精不有精無炁不生炁無神不運神無炁不行炁無精不住精無神不凝神無心不守心無神不靈神之靈也不疾而速不求而至變化不測自然而然亦不知其所以然而然也心神妙用我知之矣故達磨西來不立文字面壁九年直指人心見性成佛者是也此心者非思慮念想有形可揣之心乃天心之心人中之心也在人身中求之不可求於他也非遇至人不可得而聞不可得而見雖遇至人密而授之若不自下靜定工夫於大死場中認得分明亦不許知之既知也

真知也悟之也一從斯有二從斯得三生萬物造化無窮焉於是佛仙聖人深明大道洞悟天心陰陽造化妙理玄機皆從此心而得也聖人之心凡人之心其實一心而已悟之者聖迷之者凡噫道在邇而求諸遠事在易而求諸難何哉真如妙性箇箇圓成因貪因着了無是處大丈夫決烈慨慷直下承當領斯之言向此用功與道合真矣

抽添詩

意到玄關抽百脉真鉛海底放金光神歸混沌添真水靈汞山頭化玉漿

金液大丹口訣

抱一子三峰老人丹訣

芥子

嗣全真正宗金月巖編

嗣全真大嶽黃公望傳

劉先生長生不死金蟬脫殼天仙圖口訣真性命假性命口訣尾闾穴七言絕句詩一十六首應乾坤一斤之數并前自叙自從盤古分天地直至今日這人生輪迴無有休期傷嗟人身難得光景疾如閃電年小不肯省悟老時甘分候死若臨行一念纔差打在六道中生真性入於別殼饒經萬劫難以出離當此之時悔何及也多索古今慕道者不遇明師親傳口訣自生短見亂起愚迷有貪松啖栢者有飲水吞符者有嗽嚥津唾者有吐故納新者有吸日精月華者有按摩導引者有齋戒休糧者有盲修瞎鍊者有舌柱心灰者

窮此數般皆是傍門小法並不關修性命之事爭知性命二字尚有真假真性命者出陽神也陽神者此是天仙大成之法也假性命者出陰神也陰神者此是鬼仙小成之法也可笑此等出陰神之人奈何少學無知之徒不達抽鉛添汞鍊金丹大藥之術又豈知伏龍降虎之法也却妄內觀存想下丹田安心定意固養神炁言我決成功意內成金丹想中取大藥此等有如小兒戲耍也不識真鉛真汞指神炁便爲性命却如見他財爲己財呼別姓作親兒乃曰夢裏得財焉能濟事盡地爲餅豈能充飢空中又空如鏡花水月終難成事若不識金丹大藥之法執著內觀存想者達士奇人一向毀之長生真人詩曰胎仙若是想得成女子無夫也懷孕張平叔曰

更饒吐納并存想總與金丹事不同又鍾離真人曰還丹不得真鉛汞萬劫沉淪入死鄉是也初進道之人心猿意馬奔走如飛無所停留恐遊外景而喪志使耳不聽目不視心不狂意不亂內觀存想下丹田安心定意固養神炁行持不可缺乏不可執著勿得輕示小用矣鉛汞二字非干是神炁鉛汞有分兩神炁如何有分兩鉛汞有抽添神炁如何言抽添更有一等修行之人於神炁也不會養小成法高自不知却一向執著他包天裹地豁達頑空言我無做無作大道無形無象本來無少無多修箇甚底飢時喫飯飽時打睡此等修行之人到頭如枯樹發狂花何異於迷人行夜路深可痛哉若夫大道無言無相王祖師甘河鎮上遇呂真人却是箇甚麼修

行學道之人金丹大藥成時光照十方明徹四海聚則成形散則無窮千變萬化者也此乃是大道也男子有內腎內腎者對臍貼著脊骨兩箇腰子是也人之元陽金精從內腎而生內腎者又名偃月鑪玉鑪心爲金鼎內腎與外腎坎☵家一卦切勿不得淨身去其外腎損其造化難成道也腎者此是五臟之主也人有三宮三田頂門爲泥丸名曰上丹田心爲絳宮名曰中丹田臍下一寸三分爲黃庭宮名曰下丹田此是養聖胎之房鍊金丹大藥之鑪竈也人有五臟各有一精五精皆聚在下丹田下丹田左青右白上赤下黑中央黃下丹田者一名五明宮一名寶瓶宮一名水精宮一名五行鑪一名龍池一名鳳池一名瑤池一名丹池一名華池一名七寶

一名阿耨池一名金利國一名氣海人心是南方丙丁火腎是北方壬癸水心腎者是假水火也人心腎中鉛汞是真坎☵離☲也夫修仙學道之士先要識性命賓主性家賓主者縱放心猿迷失在外爲賓省後還家不昏不昧不搖不動爲主此是性家賓主也夫命家賓主者汞象木火龍者浮在離☲爲賓命家金水虎者沉在坎☵爲主張平叔曰自知顛倒猶離坎誰識浮沈定賓主是也太上曰以鉛爲君以汞爲臣鉛若不真汞難以固鉛爲造化之主此是命家之賓主也且鉛汞有真有假亦此人身中鍊金丹大藥內鉛汞玄妙之中真鉛汞生在天地之先假鉛汞生在天地之後真鉛汞此是無形造化假鉛汞此是有形造化夫真鉛汞者未有天地虛空

先生者此是西方無象庚辛真金也金者是鉛鉛能生汞鉛汞者此是北方無象壬癸真水也鉛得汞而生形次以漸生天地生日月生山海生人倫生一切萬物也金爲水之母母隱子胎水者金之子子藏母胞金體剛固無敗朽金爲之根固濟爲大丹之根基也明矣真金是萬物之母道德經曰無名天地之始有名萬物之母是也天真皇人註陰符經曰一者天地之根陰陽之母萬物類之以生成千靈感之以舒慘生於高天厚地洞府仙山玄象靈宮神仙聖衆未有一物不因鉛氣生者也子能鍊鉛成汞而萬神自生故不死耳夫鍛鍊鉛汞者此是黑錫水銀也黑錫是鉛水銀是汞黑錫是五金之母也水銀是五金之賊也黑鉛造化黃

丹此是陰返陽也黃丹復造化黑錫此是陽返陰也水銀造化新紅此是陰返陽也新紅復造化水銀此是陽返陰也黑錫造化瑩粉水銀造化輕粉水銀黑錫二物各藏金木水火土五行造化五般顏色青紅黃白黑黑錫水銀雖是假鉛汞與天地人造化相類也天地抽鉛添汞而生萬物得其長生冬至一日地中陽炁上昇直至於天此是天地飛金精又是抽鉛也夏至一日天中陰炁下降直至於地此是天地抽汞也天地翻一炁而爲春夏秋冬水火土金水四時俱備惟戊己無形隨四季而運轉

呂真人曰五行精髓一胞中是也陰符經曰觀天之道執天之行盡矣鉛汞二字不只一說變化多般不可只定砂中生水銀相日中

雞雞者陰也陰者是汞也黑鉛相月中兔兔者陽也陽者是鉛也仙有五等天仙地仙鬼仙人仙神仙惟有天仙者形神俱妙與道合真聚則成形散則無窮呂真人詩曰金丹一粒定長生須得真鉛鍊甲庚是也二峰老人號抱一子劉基遊遍天下四海參問亂言者如牛毛同道者千萬中無一二凡學道之人性命二字皆要雙全也

謹按古今得道諸仙直捷簡要經書作此天仙之圖今將長生不死清靜天機顯揚洩漏於人間矣幸聰明君子用心用意子細參詳究問詳見後傳

假性命出陰神是鬼仙小成之法

口訣曰不在言多凡修仙學道之士先要識性命根源根源者此是人之心腎也腎是爲

命之根心是性之源男子婦人以內腎是命之根以心是性之源也夫人性命者此是人心腎中神氣也心是神之宅腎是氣之舍神者元本在心心屬陰氣者係根在腎腎屬陽神是氣之子氣是神之母神氣者此是假子母也神是性氣是命神氣者此是假性命也又神者在目爲視在耳爲聽在舌爲言在鼻爲嗅在手爲把握在足爲行走晝則爲想夜則爲夢散則是意聚則是氣聚散無蹤跡入爲一身之主宰出爲靈空無邊大包天地小入芥子意在心中守定神在下丹田安靜口訣曰精不散則神不離也心不可用意不可動用心則意動意動則神移神移則氣散氣散則神亡周易云陰陽不測之謂神是也劉真人詩云心靜天堂路意亂地獄門是也性

命二字如玉隱在頑石中遇良匠鑿磨分別出來方可下工若要下工十二時中須是志誠堅守久久自然純熟矣夫日用間飲食則定萬事俱忘深居靜室屏鋪坐褥寬繫衣帶疊掌盤膝正身端坐莫起一念晝夜休睡神性長明眼不視物耳不聽聲緊閉其口鼻中出入氣息似有似無莫教間斷一心存神存想視聽只在臍下一寸三分下丹田內安心定意莫教散亂抱守元陽真氣即是長生養命真道亦是出死入生妙法又是仙爐也這回下丹田內安心定意昏昏默默綿綿不斷日積累功久而見驗學道之士古往今來多不遇明師安心定意鎖繫心猿意馬乃是學道之大痛苦中苦也如遇明師傳其口訣使會日用於下丹田內安心定意鎖繫心

猿意焉此法又如人家養猪羊牛馬有欄圈相似不得身外存想不得身外觀想不得想包天裹地虛空一意既出真性不知所往只拋下一間空舍且下丹田者此是自己產出仙聖洞天福地也下丹田內有真陰真陽金精重一斤此是神仙之母學道之士若不在下丹田內安心定意者如嬰兒無母自荒也似迷人失路自迷也生天經云注想身田五臟六腑心目內觀真氣所有清靜光明虛白晃曜是也劉真人頌曰心無雜念意莫外遊依此修行更去何求是也若能忘機絕念勤而行之如雞抱卵似螭蟠轉丸丸成精思之思無絕斷常以神守氣氣守神神氣相守聚於下丹田結成胎仙一志不散可以入定定中以出陰神千里萬里如同履臂陰神出處

他見別人人不見他此無名鬼關修無可歸止能投胎奪舍就入軀殼乃得清虛之鬼非純陽之仙也名曰出陰神是名小成之法也  
真性命出陽神是天仙大成之法

口訣曰不在多言凡修長生不死鍊龍虎金丹大藥之士先要識性命根源根源者在離三坎三二卦也言坎離者此是心腎也人心爲離卦以腎爲坎卦坎三離三二卦此是性命之根源也夫人之真性命是三坎三離中鉛汞也鉛汞者乃龍虎也離卦生八兩汞汞者龍也坎卦生八兩鉛鉛者虎也離卦藏龍坎卦藏虎呂真人曰陽龍元向離宮出陰虎還從坎內生離卦屬南方丙丁火坎卦屬北方壬癸水鍾離真人曰水藏白虎火藏龍自古神仙向此中是也太白真人曰五行顛



倒術龍從火裏出五行不順行虎向水中生是也真性命二字多包籠說或言水火金木夫婦日月異名千變萬化不可勝言口訣曰只是心腎中精血二字心是血海腎是精海心是血之源腎是精之根精者是鉛也血者是汞也汞生在南方丙丁火屬陽鉛生在北方壬癸水屬陰真性命只是陰陽二理陽者是性陰者是命若直說陰陽者陽只作陽說陰火作陰說離中汞者是性坎中鉛者是命若顛倒說陰陽者陽者却作陰說陰者却作陽說坎中鉛者在下却是性離中汞者在上却是命顛倒說陰陽者此是合天地日月造化之理也鉛是汞之母汞是鉛之子鉛汞者乃是真子母也鉛者是性汞者是命鉛汞者乃是真性命也天地無心腎以日月爲心腎

人無日月以心腎爲日月日中有離卦屬南方離女陽中藏陰也月中有兌卦屬北方坎男陰中藏陽也三離藏八兩汞象日中離三坎藏八兩鉛象月中兌心象日腎象月心腎中陰陽象日月中之造化也呂真人曰有人問我修行法遙指天邊日月輪是也月上弦下弦每月初一日月生一兩金初二初三到初八日月生八兩金月直如弦弓不高不低半斤月名曰上弦此後七日并前八日總得十五日陽生俱圓數滿是矣十六日陽數漸減數當生陰陰退八日至二十三日月直如有弦弓不高不低半斤月名曰下弦上弦是八兩下弦是八兩上弦又是金又是火下弦又是銀又是水上弦下弦又是陰陽又龍虎變化多端不可盡言王祖師曰上弦金下弦

銀上下金銀各半斤彼我合爲十六兩內中  
星分怎生均是也劉海蟾曰爲君試說大還  
丹五色彩圓似彈丸二味合和十六兩周天  
火候四邊攢是也鍾離真人曰二象包含共  
一斤陰陽相制化爲真是也凡學道之人得  
遇明師志友切勿虛負師友親授之道急急  
下手修鍊和合四象攢簇五行匹配鉛汞二  
八相合運周天火候煅鍊成就一十六兩赫  
赤龍虎金丹大藥形如彈丸色同朱橘以應  
乾坤一斤數每兩二十四銖按周天三百八  
十四爻也修鍊之士先要固養神氣神氣者  
乃是真戊己土也戊己爲媒人又是黃婆戊  
土者乃是坎中氣也已上者乃是離中神也  
神氣不散鉛汞自然匹配烏兔自不相離鍊  
成一粒龍虎金丹大藥鍾離真人曰鉛汞兩

般爲藥本若無戊己不成丹三家合一爲真  
種始見金丹有返還是也世人指脾爲戊己  
爲黃婆爲媒人者此是假戊己也修鍊之士  
先要識鍊丹之火有三等分於內外兩火外  
火者有形有象可鍊五金造化五穀滋養人  
物此火非能鍊丹鍊丹之火其在內內火者  
無形無象發之有焰藉五谷之氣即生真火  
以精爲民火氣爲臣火心爲君火君火者神  
火也神火者性火也惟性火不可發亦不可  
用性火若發如火生於木自燒其身惟火不  
可用不可動動亦是神動神動則氣動氣動  
則精動性火不動者則神定神定則氣定氣  
定則精定三火既定併會於下丹田聚燒金  
鼎鍛鍊玉鑪薰蒸開竅使一身陰消陽長太  
真陽氣上下顛倒循環自然鍛鍊成一粒赫

赤龍虎金丹大藥也性命二者如玉隱在石中遇良工妙手鑿鑿分解剖破出來方可下工不悞人之性命也如要下工須索依前出陰神小成法行之爲初從小至大也天地有自然之氣氣有自然之數人稟天地之氣而生氣數與天地等修道之士窮通造化之源知陰陽升降之路徑能於下丹田內安心定意一念不生湛然無欲從半夜子時一陽生時自然下丹田內元陽金精變成五彩之氣行如烈火狀如炎風穿過尾閭穴一撞三關直至頂門泥丸官下降復至下丹田自下丹田復還過尾閭穴冲和氣透醍醐灌頂黃河倒捲神氣精血四物混成一氣上下顛倒循環週而復始自然暗合周天火候鍛鍊成一粒赫赤龍虎金丹大藥金丹成而陽神出

現陽神者此是聖胎也言聖胎者即是金丹金丹者即是聖胎聖胎者與凡胎造化無別凡胎者只是父母鉛汞造化成人鉛者是父之精汞者是母之血相合造化成人將凡比聖以外見內聖胎者全在抽鉛添汞也所以抽鉛者自下丹田真氣直入上丹田又名河車運轉又名肘後飛金精上補腦中名曰抽鉛所以添汞者金精飛從肘後上補腦中補之如足金水注從頂門中降落口內味甘氣香嚙過重樓十二環撞見肺肺屬西方庚辛金其色白水返爲唾肺有兩道系脉氣流入心心屬南方丙丁火其色赤唾返爲血血者是汞名曰鉛添汞也又是鉛生汞也心有兩道氣脉注入腎腎屬北方壬癸水其色黑血返爲精精者是鉛名曰是汞生鉛也修學之

士晝夜行持時無間斷抽鉛添汞十月為足  
決定聖胎圓成張平叔真人詩曰嬰兒是一  
含真氣十月胎圓入聖基是也又西江月半  
篇詞曰本性愛金順義金情戀木慈仁相吞  
相啗却相親始覺男兒有孕是也五行不顛  
倒龍虎不相交三田不返復聖胎不圓成是  
也抽鉛添汞一百日藥力完全抽鉛添汞二  
百日聖胎堅固抽鉛添汞三百日聖胎完備  
四肢五臟筋骨俱全焉然間時動臍下丹田  
亦動如婦人懷孕之動溫養十月胎出其胎  
有如金蟬脫殼身外有身陽神出現如嬰兒  
肌體鮮潔神彩瑩然體同虛空聚則成形散  
則無窮次要會調神出殼神出數步回顧故  
軀亦不見有如見之者如見真堆憎醜萬端  
神頃刻遠遊初且莫遠去初時一步二步次

後二里三里積日而出入純熟千里萬里如  
同展臂乃曰出陽神此是天仙大成之法長  
生不死之術盡矣

金蟬脫殼

離坎

天仙之圖

三三三三三

三月

口訣曰凡修長生不死鍊龍虎金丹大藥之  
士先須知陰陽升降之路徑然後可以下手  
抽鉛添汞飛騰日月返復陰陽真氣上下顛  
倒循環週而復始自然鍛鍊成一粒龍虎金  
丹大藥人身脊骨有二十四節從下數起第  
一節下名尾閭穴又名龍虎穴又名曹溪路  
又名九重鐵鼓又名三叉骨又名河車骨又  
名河車路又名氣海門又名朝天嶺又名上  
天梯尾閭穴骨樣如金鼎上有九竅内外相  
通脊骨中間脊骨兩傍共有三條徑路衡

上至頂門泥丸宮從泥丸宮降下復至下丹田下丹田復運過尾間穴此是從後上升之路徑泥丸宮此是從前下降之路徑泥丸宮尾間穴二處是陰陽升降之路徑也人脊骨上下有三關尾間穴名曰下關有三節從下關第三節數至第十八節處名曰中關又從中關第十八節處數至玉枕關及上大椎三節直至泥丸宮名曰上關此是三關之名也披雲真人詩曰撞透三關神泰定衝開九竅氣冲和周天火候無凝滯半夜顛狂獨自歌。是也修學君子於墳墓內枯骨中看尾間穴骨孔穴模樣如此無別也洞賓真人詩曰尾間九竅爲鐵鼓周天火候作弓箭鐵鼓撞透功非小一泓黃河上下轉是也

### 尾間骨圖



鍊就金丹藥

推翻造化爐

一輪無影月

天地不能拘

七言絕句

一十六首應乾坤一斤之數

青龍白虎各西東兩獸擒來烹鼎中鍊就九

轉成大藥一粒金丹頂上紅

嬰兒在坎水中坐姤女在離火內居匹配姤

嬰作夫婦十月產箇定顏珠

誰信男兒却有胎分明臍下產嬰孩四肢五

臟筋骨就金胎脫殼赴蓬萊

長生不在說多言便向坎離採汞鉛鍊就火

丹十六兩天仙決受玉皇宣

龍虎修成九轉功能驅日月走西東若知火

候抽添法金液還丹滿頂紅

火取南方赤龍血水求北海黑虎精和合二  
物居一處嬰兒養就定長生

水雲遊說到西方認得真金堅又剛鍊就大  
丹吞入腹五明宮裏且徜徉

心如朗月連天淨性似寒潭止水同十二時  
中長覺照休教昧了主人翁

萬景縱橫世事纏虛空應物樂清便鍊磨心  
地無纖翳正似污泥出水蓮

行持心月澄萬幻住處神珠照十方坐靜常  
觀真自在卧時休滅眼前光

性命兩般各自別兩般不是一枝葉性宗到  
了陰鬼仙修命陽神超生滅

日月分明說與賢馬猿牢鎖在丹田真空覺  
性常無昧九轉功成夙作仙

撞透三關奪聖機衝開九竅上天梯黃河倒

捲無凝滯一對金蟬上下飛

瓊花頂戴最爲奇奪得天然造化機最上山  
頭飛日月算來塵世沒人知

河車滾滾過三關搬運瓊花不敢閑補滿泥  
丸宮裏去逍遙歸上玉京山

註解戴花劉道子騎龍跨虎打金毬被吾搬  
在天宮裏贏得三千八百壽

抱一子三峰老人丹訣終

析疑指迷論序

芥六

神峰逍遙大師出示高論二編名曰析疑指迷清談不吝於曾懷奧妙發揮於翰墨平生所養於茲見矣幸緣一覽俾予泠泠然獨立於通衢不知四肢之有無則可以墻塹玄門梯航後學者大德戊戌仲春朔汝南重玄子劉道真謹跋

前火傳後火薪異而焰同今聖嗣古聖時殊而道一故宜乎馬譚劉丘已來演玄風敷妙化之真人繼繼而出也神峰逍遙先生牛君練師新出奇論二卷目曰析疑指迷屬余以文開卷一閱不覺身世兩忘若馭清飈而遊乎碧落矣其誘人也循循然有條而不紊使人惑志頓消而朗徹其進人也端語一發使人浩然長往而不留其言簡其理微其示教

也深其用心也切此可謂火傳而聖繼者也門人恐其微言將沒裒而錄之以裨後進其弘師之道如是此亦可謂用心之厚者焉時大德三年中秋前三日靜安沖漠道人王道亨書

神峰逍遙子閑居幽室倚軒塊坐隱几忘懷適有悟真子李志恒從座而起恭然而立孺戔作禮拜而謂曰敢問全真妙理至道精微性命之義修行次序願師演而析疑矣逍遙子答曰夫至道精微無形無名難演難言非容取捨而可得也故心困焉而不能知口辟焉而不能辭在人虛府自悟耳其人叩之不已志之愈誠由是不得已而應命輒述是論名曰析疑指迷庶資初學之漸悟耳時元貞二年孟春上元日題

析疑指迷論

析疑

或問曰何謂全具答曰即爾之一念未萌之前也夫一念未萌等同太虛視之不見其色聽之不聞其聲搏之不得其形其上無蓋其下無底其傍無門其正無體其大無外其小無內杳冥莫測恍惚難明體之非有隨用不無隱大無外藏微有餘寂然不動感而遂通包含萬象體不挂一絲頭吾不知其名字之曰全真釋教謂之圓覺又云圓空太上所謂混成又云圓通故南華經云未始有物者至矣盡矣不可以加矣此之謂歟

或問曰何謂心性答曰夫心性之義譬猶漚水水本至清有感漚起風浪渾濁不能鑑理風浪息時水澄漚止以此論之水即是漚漚

即是水由是言之心即性用性即心體體用俱忘全真而已

或問曰何謂性命對曰夫性命之理乃陰陽神氣之異名也夫神氣二字呼喚無窮今略言其大槩或謂動靜龍虎水火坎離東西南北春秋溫涼冬夏寒暑否泰窮通升降往來有無虛實上下浮沉高低深淺金木剛柔天地日月震兌昏明夫婦嬰姤金翁黃婆絳雪玄霜紫芽紅粉真鉛真汞其他殊名異呼不可窮極種種名相不可著止總名神氣而已

夫欲全神養氣當明體用賓主屏盡萬緣一塵不染表裏清淨久久精誠自然氣結神凝性停命住性命雙全氣神為一一與道同功行圓畢

或問曰何名體用賓主答曰若要修真須明



體用賓主何謂也若不明體用者情欲不能遣也如未曉陰陽賓主則不能契於虛無之至神奚謂體用曰虛寂為體覺照為用體用兩全洞合道原曰何名賓主答曰前念為賓後念為主念起不著本無根緒故洞明真人云念頭起覺時休此一句體用賓主俱全也何謂俱全曰夫念頭起者為賓覺者是主主正為用休歇是體由是言之體即用也用即體也體用雙泯全真者也

或問曰人多說傳命基其義如何答曰夫命者氣也基者本也一氣之本即道是也夫道者無形無名非容取捨而可得也取捨不容有何傳哉故關尹子曰聖人竟不能出道以示人又子列子云不知所以然而然謂之命此之謂歟

或問曰祖師言五行不到處一氣未生前其義奚若應曰夫五行者乃吾之五識也一氣者即爾之一念也若五識不起處一念未萌前者即與向之所謂未始有物之義同也既未始有物者強名曰道矣

或問曰且未始有物者謂道既已為物矣物中有道乎對曰夫物從道生物即是道亦猶心從性生心即是性又如漚從水生漚即是水也故洞明云師傳祕語悟心開物外家風物裏培又關尹子云天地成理一物包焉又云即一物中知天盡神致命造玄物既如此人豈不然又太上云有物混成先天地生寂兮寥兮獨立而不改周行而不殆可以為天下母吾不知其名字之曰道正謂此也

或問曰清和真人有云止念降心越念多不

降不止逐浪隨波如何即是答曰凡初學道者必先悟其真心夫真心者元無一物等同太虛本來清淨於此淨中一念忽起頓然迴光返本歸元則湛然清淨矣故經云澄其心而神自清自然六欲不生三毒消滅既得三毒消滅即合於道矣若不明此理者一念既起又起念降之降之不下生心遣之降遣不已還自纏縛若不降遣縱欲昏迷轉不相應故常知常覺還自把捉不知不覺透入別殼亦與託生的一般也直待報盡方歸馬乏人困終不悟矣豈不悲哉

或問曰如何得萬法圓通答曰修行之士必先明心悟性然後絕疑方能養道夫心者是萬法之源性者是群經之要故心生則種種法生心滅則種種法滅若一念不生即脫生

死向這一念不生處即見本來面目也久久涵養圓明光大則無法不通無經不解此名法眼圓通矣至如一大藏經只是說這些理趣也古今聖賢所得者得此而已過去師真所演者演此而已五祖七真所了者了此而

已奉勸同流若能悟此更莫狐疑斯爲學道樞機正是修真之秘訣

或問曰昔神光大師向達磨祖師前求安心之法祖師答云將汝心來吾與汝安神光良久曰弟子覓心無所得祖師曰吾與汝安心已竟矣其神光言下大悟絕疑矣其理何如對曰夫心本無心心因物感而見故紫陽云見物便見心無物心不見十方通塞中真心無不遍夫真心無象喻如寶鑑含輝若物來則見物人來則見人人物俱泯則圓明瑩徹

矣如是言之覓心無所得也關尹子云衆人之權歸於惡賢人之權歸於善聖人之權歸於無所得唯無所得者所以爲道既是悟道者豈不絕疑哉

或問曰長春真人云不有神仙福難明造化機何名造化機答曰夫造化者乃陰陽否泰之異名也陰陽機要即道之別稱也夫否者塞也泰者通也故化書云是以古聖人窮通塞之端得造化之源造化之源者即妙道而已矣理既如此不有神仙福安能明道哉

或問曰道雖無方學則有序何謂有序應曰凡初學道者必先拋棄塵緣屏除愛欲遍訪明師究研妙理妙理精明更要端的志節次須明戒定慧三者此序進之要妙也夫戒者是上天之梯覺渡苦海之舟航陟道之初基

乃修仙之漸路也若無戒則不能入於定門也不入定門者無由發於慧也故莊子云虛室生白吉祥止止又云宇泰定者發乎天光天光若發則與道同其源矣與道同則鬼神難以測度陰陽不能陶鑄陶鑄不得者至人哉至人哉

或問曰出家修道又言道本無修其意何如對曰夫道本無修心即有鍊夫道之在人如金在礦礦內有金不鍊而爲石石若鍊去即名爲金既已爲金不復爲礦也人中有道不鍊而爲凡凡心鍊盡即名爲仙既已爲仙不復爲凡也若已爲金不須鍛鍊既成仙道復何修哉

或問曰丹陽真人云速把我人山放倒急將龍虎穴衝開其義何如應曰若我人山放倒

則龍虎穴便開也何謂也夫我者心即是也人者境即是也若心境兩忘則人我山倒矣夫龍虎者即人動靜生滅之心也生滅之心始於真空之性真空之性寥廓虛寂故名謂穴也又云虛府也太上所謂衆妙之門又云玄牝之門矣又莊子名謂天府此乃龍虎穴之義也云衝開者是無遮障之貌既無遮障者即道蘊於此矣

或問曰如何是金丹答曰夫金者喻如曾經鍛鍊真堅剛利明白瑩素也丹者譬若圓成光大環樞應變反覆無窮於本末端倪也丹之爲義若人服之定超生死之病矣故曰金丹也

或問曰凡初修鍊必須減飯除情戰睡又云飢來喫飯困時睡其理何如答曰其理兩說

一者初心進道熟境難忘馬猿易動所以衣食睡欲不教如意古人云學道休望如意如意休望學道又云飽暖生嬌慾飢寒守自然若以塵心絕盡道眼衝開則無爲而無不爲也無爲而無不爲者又豈妨於飯食睡眠也

哉

或問曰離峰真人云有體亦是病無體亦是病有無俱不用何處安身命其理真若答曰有體則著於色相無體則滯於頑空有無俱不用則落於漭蕩矣曰如何出得三重障礙去答曰二邊俱不立中道亦非安回首二乘外靈光射廣寒

指迷

廣漢先生閑居於丈室恬然而宴坐澹漠而忘懷委蛇而自適任運而逍遙恣放情於自

得之鄉矣時有昭然子越坐而起恭然而稽首立侍乎前曰弟子得爲後久矣未獲夫子傳吾妙道而已今日宴閒敢問其道若何廣漠先生移位近前默然良久動容有間仰天而笑曰道奚傳哉昭然子曰夫子勿稽弟子終願聞之廣漠先生曰道本無問問亦無答繞涉有言即墮於第二義也故曰道不可傳傳而非也視之不見聽之不聞搏之不得思之不知瞻之在前忽焉在後是謂無狀之狀無物之象是謂惚恍恍兮惚兮其中有物窈兮冥兮其中有精其精甚真其中有信自古及今獨立而不改周行而不殆可以爲天下母吾不知其名字之曰道故心困焉而不能知口辟焉而不能辭在人靈府自悟耳昭然子曰道既無傳弟子嘗聞道家者祖宗遞授

師資相承遞授相承箇什麼答曰遞授玄教相承妙法也曰玄教妙法而亦有道否答曰不即不離譬猶筌蹄也夫筌者所以在魚得魚而忘筌蹄者所以在兔得兔而忘蹄言者所以在意得意而忘言矣安得夫忘言之人而與言哉夫忘言之人者言無言終日言而未嘗言爲無爲終日爲而未嘗爲也故曰無言而無所不言無爲而無所不爲矣昭然子曰未得魚兔必用筌蹄不能悟意須假言教惟願夫子慈悲少垂微言發吾之覆也於是再拜稽首曲躬而立廣漠先生曰居吾語汝夫道無後先而教有頓漸人性有利鈍而悟有淺深稟氣不同而賢愚有異循之於本也咸始於道矣故曰異途而同歸也夫頓悟之者不假修持則直超彼岸立證無生矣而後

眼如耳耳如鼻鼻如口口無不同也心凝形釋骨肉都融而能反山川移城邑蹈水火入金石縱橫無礙而變化無方者也夫漸悟之者先要明其心悟其性而後養其命也次須累其功積其行而以歲月求之也歲之深也月之久也而造次必於是顛沛必於是行住必於是坐卧必於是綿綿若存用之不勤如是無間鍛鍊功著也而形如槁木心類寒灰窈窕之中獨見曉焉冥冥之內獨聞和焉而得體合於心心合於氣氣合於神神合於無也而能攝乾坤於掌上搏日月於襟前捲舒八景聚散三辰出入無存亡自在而陰陽不能測矣昭然子曰頓漸之理敬聞命矣敢問心性之義若何弟子性鈍願夫子細細釋之廣漢先生曰嘻愚矣子之難悟也且若問

吾者心也吾答若者亦心也心之與心有何異哉又奚問乎亦奚說哉若之問也吾之答也總屬安心安心滅處而不知其誰何故曰未始出吾宗宗者性也性稟於道道稟於自然矣曰心性之義敬聞命矣敢問養命之理而有為乎無為乎奚若答曰而無為乎無為而無不為也故曰為者敗之執者失之是以聖人無為故無敗無執故無失也曰既是無為者過去師真而謂曰減飯也戰睡也擒猿而捉馬也薄滋味而慎言也而似有為乎其理何如答曰夫道本無為也而心即有鍊也鍊者損也損其舊習而新染也損之又損之以至於無為無為而無不為也故曰為無為則無不治矣夫無為可以養命也曰命者何謂也答曰即混元真氣也故曰物受之謂命

天賦之謂性率性之謂道又曰不知所以然而然謂之命此之謂歟昭然子曰古云不知命無以爲君子此云不知所以然而然謂之命是兩也而不同乎答曰而言異而理同也夫不知命無以爲君子者謂不知守其命分也分外貪生而失其本者非君子也夫人以精爲根以命爲本以性爲宗命者氣也性者神也夫神氣精三者咸原於一而未嘗離也而離之者皆越於分也曰何謂越分答曰夫人性分無欠無餘本來具足凡養生之物皆是不得已而爲之夫不得已之類可爲無心矣無心而可以養命也人而不知此理心慕於妄緣而以爲其預謀積聚而以爲久恣縱於驕淫之地流蕩於名利之場往而不返迷而不悟豈能爲君子哉昭然子曰夫精氣神

未分則不問既已分矣奚復爲一邪答曰夫三者分離皆因其有心也心之所之則氣從之氣之所之則形應之是故心感於外者感於悲則淚出感於幸則涕出感於燥則汗出感於酸則液出是故感於姪則精出也人能寧心於虛極之鄉息慮於無爲之域則寂然不動感而遂通而心不動也而精自秘也精化爲氣氣化爲神神化爲虛虛實相通是謂大同大同而無所同也而無所不同矣昭然子曰養命之理敬聞命矣敢問鍊丹之要亦可得而聞乎廣漢先生曰鍊丹之要法有多門而有邪正亦有大小不同也曰奚謂邪答曰有鍊五金者八石者有採日精而月華者有吞霞而服氣者有採戰而閉精者或服水火而還元者吐故而納新者按摩而數息者



熊經而鳥伸者挫筋而擺髓者嚙津而納氣者守下丹田而明堂者默朝上帝而運氣者倒卓崑崙而偃黃河者肘後飛金精而存想者休糧而辟穀者服餌而延形者向之所謂法有多門而不能盡述也略言數端皆是小乘之邪法也於戲多迷於傍門而不能悟其真道矣所以學道者如牛毛而了道者若麟角也曰何由如是之寡也曰皆爲不遭遇於真師之所訣而被邪師之所惑以致於自執固而不悟也故曰大迷者終身不反大愚者終身不靈也所謂冰不可鑊愚不可賢此固然矣故正陽頌云妙法三千六百門學人各執一爲根可憐些子神仙法不在三千六百門又云神仙見汝太頑愚留下丹經萬卷餘句句章章皆譬喻元來真道不關書正謂此

新疑補論

也於是昭然子再拜而起稽首而立曰正鍊丹之法若何先生答曰夫正鍊丹之法者而有三門上中下而分爲九品上三品中三品下三品而神亦有三名太上者虛無之神天地者陰陽之神人蟲者血肉之神也而仙亦有九品有虛無之仙天仙子地仙神仙鬼仙山仙水仙人仙物仙是爲九品也夫虛無之仙不可論也故天仙不離於天地仙不離於地神仙不離於神鬼仙不離於鬼山仙不離於山水仙不離於水人仙不離於人物仙不離於物也夫原其所始本無三九之分也爲其悟有深淺稟有清濁而功有多寡故有如是之異也曰上乘鍊丹者若何答曰夫上乘上品鍊丹者以太虛爲鑪以真空爲鼎以圓明爲藥物以天光爲進火以妄情爲滲湯以不



爭爲防危以清淨爲沐浴以無爲爲外護以恍惚爲抽添以不染爲革穢也而得之於一息之間而了在於百日之內矣曰中乘鍊丹者何如答曰夫中乘上品鍊丹者以乾坤爲爐以陰陽爲鼎以真鉛真汞爲藥物以純陽爲進火以欲念爲滲漏以不昧爲防危以消洒爲沐浴以柔弱爲外護以定慧爲抽添以忘機爲革穢也而得在於百日之中而了在於三年之外矣曰下乘鍊丹者若何答曰下乘上品鍊丹者以身爲爐以心爲鼎以神氣爲藥物以覺照爲進火以逐境爲滲漏以不昧爲防危以滌慮爲沐浴以謙和爲外護以昇降爲抽添以純素爲革穢也而得之於三年之內而了在於九載之中矣夫下乘下品鍊丹者亦以身爲爐以五臟六腑爲鼎以精

血爲藥物以運氣爲進火以精泄爲滲漏以節飲爲防危以漱津爲沐浴以修善爲外護以導引爲抽添以不姤爲革穢也而終年無成而修之於累世矣此可以延年而不能出離輪迴耳雖然比於誣善之人亦雲泥有間矣昭然子曰鍊丹之理敬聞命矣敢問清淨經云能悟之者可傳聖道乎於是廣漠先生放下拂子斂身而卧良久曰會麼昭然子於言下大悟踊躍而喜怡然而笑遂禮三拜稽首立侍乎傍廣漠先生覺然而起曰子見箇什麼道理而便拜乎昭然子曰夫子是何道理之有哉廣漠先生曰如是如是子善護持矣頌曰

本來無說亦無傳 只爲學人酷殢筌  
若會其中端的意 寒潭秋月冷沈淵

---

析疑指迷論 終

---

二篇同卷

乾元子三始論

至真子龍虎大丹詩

重九

乾元子三始論

太易

天地者起於太易太易者不可見也從地而生故曰陽在下也質形未辨玄黃雜居故曰龍德而隱者也謂氣從下而生故動於地之下則應天之上乃從無而生其有且天地之精受乎天者發作動用而歸於乾天氣上騰為雲為氣受乎地者發作動用而歸於坤地氣下降為霧為露守之者則大業成矣昌矣

太初

太初者氣之始也從坎而生故易變而為一者陽之始也天地之元氣也歷九州而終於乾乾者健也始於坎而成一微故潤物濟眾氣用無窮終而復始故謂之長生也哉

太始

太始者形之始也名之曰器一變而為七七者南方火位也陰陽交泰萬物長養矣左化為坎以東其月日為天而左旋月為地而右轉二氣其濟交成太素而二微故至之太極太極至二儀而生八卦八卦曰法象法象莫大乎天地天地著明莫大乎日月日月運行久而通變通變之道其可得而究哉

太素

太素者質之始氣也形質具名曰大象而未相離故曰混沌涵不散也萬物莫不因此三

始而煦育焉

而成三微故曰九三又生也

乾既具質坤之

生焉而法六五則陰氣生

故謂之日月如合璧存而勿

忘機乎故春秋節令有度悔愆不生是以外

圓而青氣周乎六律象成斗建故易曰君子

居則觀其象而翫其辭動則觀其變而翫其

占是故雲龍風雨晝夜變在其中矣白者取

象其金西方黑者取象其水北方坎內陽珠

其象也

從子存其貞至已也為終而晦生

方圓也象之守職

而上不在天下不在田寂默相守神氣不散

覆壅之者則天地閉塞通流之者則陰陽生

成生成之功天下理也乃七變而化九九者

乾也陰陽終始究而求其始也

從午存其晦至亥而為終

貞至是坎君臣各得其位

終而復始故曰自強不息謂終

則更生四象之說則終於艮始於震保生存

性龜蛇龍鶴守元而不散之所致也

右授之者戒慎非道不軌之人

乾元子三始論

至真子龍虎大丹詩序

宣德郎權發遣提舉淮南西路學事權學士張鑑題

少室山隱居布衣周方字歸一遁號至真子  
方常覽仙經每窮虛旨探登真之門戶詳鍊  
氣之樞機欲身契虛無乃心忘塵境縱遊諸  
郡多歷名山京洛之間或逢高士親承傳付  
便話幽微判玉水之根元割金丹之宗祖指  
水虎火龍之妙用訣土金火水之玄機明乾  
坤反覆之宜曉晝夜循環之候方聞傾心踊  
躍注意惟忻乃卜名山擇真勝地乾坤為鼎  
天地為爐坎離為至藥之宗鉛汞作大丹之  
體須憑四象又按三才法戊己成其真形駕  
河車運為正質發則陰陽交媾勝則日月盤  
旋虎嘯則玉磬爐前龍吟則金華鼎內水火  
結伏龍虎相乘刻漏無差金丹成矣淮王遇

而鍊秋石服之拔宅昇天軒皇得而採金華  
餐畢跨龍登漢此丹非金石之類草木之名  
非三峯少女之方非百數吸精之術已上皆  
是不遇明師或得汞而不得鉛或明水而不  
明火故云孤陽不產寡陰不生且如母之孕  
兒鷄之抱卵若違師指得遇丹方功成而名  
列上清行滿而身遊紫府今乃畧伸拙意用  
剖真機聊述宏綱用傳同好天聖四年丙寅  
歲九月九日序  
至真子龍虎大丹詩

鉛中有汞號黃芽時輩凡流莫謾誇解把虎  
龍調鼎鼎能師日月運河車安排爐竈飛金  
液造化乾坤煉玉華上法豈同蟬蛻去逍遙  
自是玉皇家  
棄却閑吟罷讀書持心一志採玄珠乾坤鼎

裏鍊三汞日月爐中烹五符解聚世情多遍  
歷能生枯骨下真軀行功速徹刀圭力跨虎  
乘龍上玉都

認得根宗悟得坤東西南北自爲鄰離宮隱  
與九還藥坎裏深藏七返銀白雪降時分甲  
乙黃芽產日定庚辛金丹火候三年滿且泛  
東都萬萬春

金烏玉兔路無差三女三男本一家意馬又  
隨紅槿艷心猿常泛白榆花會朝王母盃瓊  
液只候丁公破玉瓜八百緣中同會去千朝

丹伏倚煙霞

十載區區歷世機就中此道少人知鵬搏溟  
海非無日龍躍丹砂自有時袖隱金鉞除五  
虎匣藏寶劍殺三尸雷車一震乾坤靜奪得  
明珠在坎離

移山覆海用神爐化劍爲龍吼鑑湖雷震一  
聲除魍魎電飛千里殺陰蛆乾坤已奪無爲  
寶離坎新添造化珠金骨點成鉛汞力雙鸞  
直引至蓬壺

去謁神仙叩洞門嫦娥帳裏抱龍孫金花朱  
日連根取鼎鍊鉛霜造化專制伏虎龍爲事  
業豈拘烏兔走朝昏大終甲子循環滿必駕  
河車渡海村

採摘鉛華配甲庚日魂月魄定虧盈三才鼎  
裏攻金笋萬象爐中鍊石精野馬收歸龍虎  
懼顛猿伏得鬼神驚天門開處靈光至遠了  
星河豁地明

呂家曾與我真鉛只向玄中悟得玄赤馬捉  
歸金谷內青牛趕放玉溪前星煙夜裏追符  
使雲洞朝來發劍仙除剪業虬期此日滄波

回去棹征船

大丹一訣自先生白簡黃衣奏赤城金鼎鍊  
時封子號玉爐烹日係仙名神砂伏火華光  
罩靈汞飛凝彩氣清魂魄養成經九轉壺中  
豁落透申明

卓劍安爐鍊日華水中真水號流霞離宮有  
徑青龍室坎戶無門白虎家節候恣情收白  
雪向前選日採黃芽玉壺倒盡天庭液換骨  
通靈一粒砂

白金變紫最殊功解點衰顏返幼童靈液到  
壺藏坎戶神丹開鼎透離宮依稀已達仙家  
景髣髴將遊閭苑風鍊經千日開爐看萬象  
都攢一鼎中

苦把行藏說與君悟時須是解須真莫教浪  
撲傾舟棹竊忌風高舉釣綸鍛鍊蟾光火內

永速烹日景水中銀還丹寶質三周滿野鶴  
逍遙閭苑人

眼前真境五峯雲解採玄珠種谷神鍛鍊日  
魂滋朽骨煎烹月魄聚遊塵黃芽鼎內歸壬  
癸白雪爐中判丙寅四象暗交龍虎懼乘槎

泛海上天津

鼎非金鼎是真鉛只向玄中遠又玄牝馬收  
時朝紫府乾牛放日貯丹田蟾宮赫奕離龍  
子鳴鳳威暉兇虎仙須藉甲兵施水火鍊成  
秋石自延年

十載洪波一息機釣鰲非是等閑時壺中快  
樂長春景海內逍遙在世奇脩饌錦鱗餐稻  
飯瓶斟金液自凝脂平生不挂是非事表我  
分明宇宙知

亂峯深處五雲生裏隱丹砂最許名正見鼎

中施造化粗師爐內斷分明乾坤已奪嬰兒  
性鉛汞將凝姤女情鍊就一九龍虎藥定知  
入口鬼神驚

戴月簪星著羽衣此流應未見希夷永生鉛  
裏鉛何識道在人中人不不知恍惚光陰虛過  
日寂寥門戶豈尋師安排金鼎烹龍虎服了  
童顏徹骨滋

一溪泉石古峯前四季花開別洞天日月流  
暉金鼎上虎龍吟嘯玉爐邊匣中鍊就星辰  
劍囊裏修成錦繡篇斬絕陰蛆清宇宙自然  
返老得延年

還丹九轉是三年須藉金公結汞鉛姤女銷  
官朝紫戶嬰兒握固運丹田玄珠採得乾坤  
靜流液收歸宇宙堅要識長生根祖事長生  
根祖在人邊

世人不解覓長生設去尋山靜處行須修丹  
藥誰惺悟藉施陰德甚分明華池養就無爲  
物水火烹成恍惚精吞却龍虎壺中寶須滋  
形質定常榮

修道須明陰與陽陰陽門戶見皆昌龍生東  
海須知位虎在西山自有方八卦鼎中添水  
火三才爐內覆青黃還丹剋日工夫就道跡  
神都且泛觴

野鶴孤雲宇宙中一壺靈藥一條筇囊中傳  
寫三清籙袖裏誅妖隱劍龍十載精窮書卷  
卷六時渴飲酒千鍾自行南北東西路少有  
同聲向此逢

一契希夷寂寞中海山群嶽總相同直須只  
把顛猿制更且收將野馬籠白雪產時分永  
象黃芽生自和真風還丹三載純陽後跨鶴



道遠過海東

世人不會識鉛花絳雪青龍白虎家須假精  
魂和氣魄鍊成元液變神砂離宮火盛金生  
寶坎戶泉聲汞產芽服餌三周延甲子滿身  
光透慶雲霞

五味還來號至精嬰兒姤女自忘情陰中產  
就純陽物火內燒成太易卿妖氣散爲千景  
象元神收得一般名到壺吞却離龍子返老  
移顏骨格清

捉得金虬奪得珠活吞入口美如酥驪龍走  
日飛神劍海怪奔時鎮鐵符白雪返魂填玉  
櫃黃芽寶質發紅爐華池澆灌靈龜勝萬象  
齊攢在鼎堂

一物分形幾萬般堅心修整不爲難但將玉  
水和鉛汞須藉金華下火丹藥透三關趨坎

戶神清六腑鎮泥丸燒香奉戒虔恭處自有  
真仙降寶壇

至道分明事不煩淡然一味豈艱難龍居二  
八門中隱虎在三五數內安鉛汞合和青鳳  
髓烏蟾匹配紫琅玕南方女子能收掌探得

歸來作大丹

上玄下玄天機密大道須明三五一冬後陽  
生乾卦中立春仲遇坤爻畢龍分金水殺庚  
辛夏至火林從甲乙訣得還丹妙更微自然  
放蕩心舒逸

鍊丹子細辨陰陽一箇壺中二物昌識藥之  
時明鼎器下功至日選爐方三才得勝乾坤  
主四象歸從天地玉服却龍精和虎汞自然  
有位霸仙鄉

烏兔奔騰下玉虛河車般運向瓊壺鍊丹須

按三才鼎養藥令安四象爐鉛汞烹為流液  
質虎龍鍛作降真酥軒皇昔日青雲路留得  
蹤由許丈夫

一真子龍虎大丹詩終

修真精義雜論

天台白雲子述

導引論

天肢體關節本資於動用經脉榮衛在於宣通今既閑居乃無運役事須導引以致和暢戶樞不蠹其義信然人之血氣精神者所以養生而周其性命也脉經者所以行血氣也故榮氣者所以通津血益筋骨利關隔也衛氣者所以溫肌肉充皮膚肥腠理司關闔也又浮氣之修於經者爲衛氣其精氣之行於經者爲榮氣陰陽相隨內外相貫如環之無端也又頭者精明之府背者曾之府腰者腎之府膝者筋之府髓者骨之府而又諸骨皆屬於目諸髓皆屬於腦諸筋皆屬於節諸血皆屬於心諸氣皆屬於肺此四肢八環之朝

夕也是知五勞之損動靜所久五禽之導搖動其關然人之形體上下相承氣之源流升降有叙嘗見諸導引文多無次第今所法者寔有宗旨其五體平和者依常數爲之若一處有所偏疾者則於其處加數用力行之

凡導引當以丑後卯前天氣清和時爲之先解髮散梳四際上達頂三百六十五過散髮於後或寬作髻亦得燒香面向東平坐握固閉目思神叩齒三百六十五過乃縱體平氣依次爲之先閉氣以兩手五指交叉反掌向前輕引臂拒托之良久即舉手反掌向上極臂即低左手力舉右肘令左肘臂按著後項左手向下力牽之仍亞向左開右腋努脇爲之低右舉左亦如之即低手鉤項舉兩肘偃臂仰頭向後金頭與手前後競力爲之即低

手鈎項擺肘扶身向左向右即放手而膝上微吐氣通息又從初爲之三度

次覆伸左手仰掌豎指屈右手舉肘仰掌豎指兩臂脅膊如挽弓之勢仍迴頭向左使頭項脅膊肘等用力爲之左右各三度

次兩手作拳擊臂向前築即勢肘向後變急做勢用力爲之前後各三度

次以左手拳向左之後力擺臂三又向下擺臂三右如之次交兩臂於脅前各以手指攀兩肩仰頭偃臂勢腰腹爲之即低頭曲腰聳

肩兩手向下用力攀之一仰一低各三度

次屈兩手腕安腋下促兩肘向前低頭勢背爲之即仰頭勢脅膊促兩肘向後爲之前後各三度

次帖膝坐以兩手托腰向前偃身向後競力

爲之仍搖動其身即平生縱緩又爲之三度次交脛平坐左手托左邊膝稍近身後迴腕向外指裏以右手攀左膝迴頭向左仰視其後勢左右臂膺用力爲之左右各三度

次豎兩膝交兩脛以兩手交指反掌向外抱

膝仍低頭勢腰背開膝以磔而臂極膝記即迴手掌向裏急抱膝聳身仰面申咽膺力向後爲之一仰一低各三度

次交脛平生從膝向裏申脛出外以手促脚指聳肩向上用力攀仍勢腰腹向前左右搖之氣極放寬又爲之三度

次以左手攀左脚指至脚心脚指至手腕漸長舒脚仍舉踵向上却將右手托右膝上仍轉頭向左右競力爲之即屈左脚以兩手共捧其跟向上高舉之即放下以左手按膝右

手攀脚左手向下極按右手迴向上極攀之  
迴頭向右之後努肩膊爲之左右三度

次長舒兩脚偃身向後反手托牀屈右脚向  
前作勢掣踏之左右三度

次舒右脚屈左脚以踵加右髀上垂左膝向  
下令至牀即舒左屈右爲之左右各三度

次偃身反托牀豎左膝促斂其踵至髀邊舉  
右踵鈎取左膝漸向下按之令左膝頭至牀  
左右各三度

次屈左脚向外以左手下攀脚腕右手托右  
膝迴頭向右低左膝著牀以脚向外展以手  
向內攀競力爲之左右各三度

次開兩膝合兩脚踵以兩手攀脚掌仰頭向  
上力舉之氣極縱體爲之三度

次舒脚以兩手交指鈎胸狀中偃身向後力

鈎之仍漸高舉脚努脛偃指左右各三度

次長舒兩脚令並豎指以兩手各攀其指舉  
頭用力爲之三度

導引畢平坐縱體摩兩手掌令溫柔額向上  
三九過摩掌後拭目三九過即以兩手中指

無名指按鼻左右上下二七過摩之以食指

十指入耳向上聳之三五過便以虎口叉耳

向後修旋耳輪三五過摩掌令熱摩拭面上

令溫溫然摩頸項胃臆兩乳數十過即摩持

臂上至肩下至手背上下數十過即兩手互

相搗捩迴轉之如洗手狀急用力爲之數十

過即摩按心腹腰髀等處都畢待氣息調平

坐服氣如法其摩掌乘額拭目等尋常數

數爲之彌佳不唯在服氣之時其諸導引亦

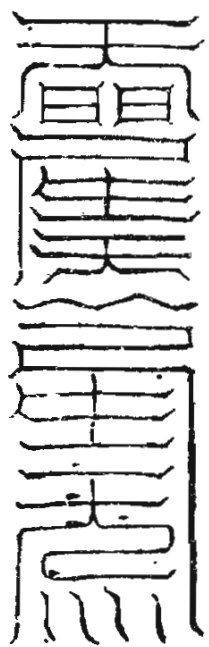
不可總爲諸法恐煩勞任逐便爲之然終須

從首至足令相承取通也亦可隔三五日一度具導引之又有立卧等法不能多述亦各任意為之

### 符水論

夫符文者雲篆明章神靈之書字也點畫有所象故神氣存焉文字有所生故服用朱焉夫水者元氣之津潛陽之潤也有形之類莫不資焉故水為氣母水潔則氣清氣為形本氣和則形泰雖身之榮衛自有內液而腹之臟腑亦假外滋既可以通腹胃益津氣人可

以導符靈助祝術今撰諸符水之法以備所用可接而為之焉



右符每以向月建以滿日燒香丹書紙左手持水器右手持符意可以水一升吞之多少任

泉水亦可祝曰

金木水火土五星之氣六甲之精三真天食

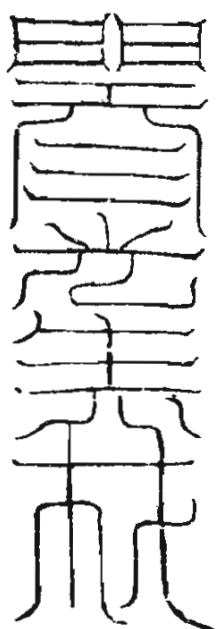
濁氣常盈黃父赤子守中無傾三祝一氣畢三

叩齒三瑒以所執符嚙水仍於水上燒符灰納水

中勿令散失也北向再拜服之已後條件各別是一法也

前符每以甲子日丹書八枚至滿日平旦取并華水以日出時再拜自稱云請服符章願令神氣充滿服二枚次於平定執日亦各服

二枚餘五甲亦可更書服之耳



右六甲陰陽符各隨其日支干書內方中也

陽符下有甲子陰符下有乙丑字此舉甲子  
乙丑爲例耳其丙寅丁卯等日各以其日支  
干書之皆不悟此理即其文曰各隨其日支  
干書方中亦由六甲都匠迴符中書其日支  
干書也仍以朱書陽符書陰符亦可預書

一句之符至其旦取服之每平旦東向燒香

左手持符右手持水器

取并華水  
任服多少祝曰

真人某乙好樂真道服食中和之氣甲子太

玄玉女承翼

竟一句同呼  
此化甲放此

給侍某甲行厨所

在當得無令飢渴

本文兼去丹無大小人無  
多少皆當得飽今既白服

故不用此言又或日不可減損祝詞  
則日日無早晚身無晝夜皆得飽

畢再拜

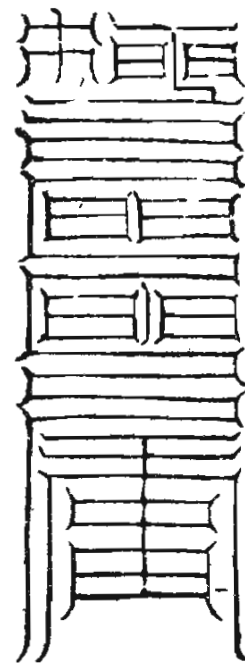
以符納口中飲水送之

甲子旬中太玄玉女承翼甲戌旬黃素玉女

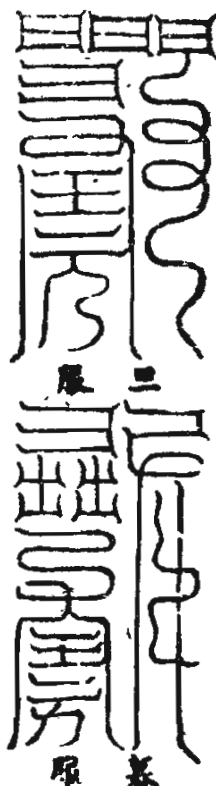
非廉甲申旬太素玉女瓊石甲午旬絳宮玉

女雲齡甲辰旬拜精玉女靈素甲寅旬青腰

玉女惠精



右二符每以滿日丹書吞服之道士張子登  
所服也



右符每以滿日丹書吞之道士陳叔平所服  
不食已五年

服 旦

服 旦





復巴符  
日吞一  
七日止

強身符  
聖書  
助下符

卷七

張身  
符圖至  
書以助  
下符

七

三  
日  
日  
日  
東  
東  
東  
日  
日  
日  
日  
王  
東

右安期先生絕穀符丹書絳三寸封以小筒  
繫右臂令人不飢強身符下三符是也

服水絕穀法

每旦取井華水以器中盛之仍常別用一好  
器其水皆有濁淀久服不佳宜預早取停澄  
良久乃取清者服之向王燒香左手持水器  
右手持物既不名其物即是物皆得然可取



膏竹子一節上下全者常充叩用耳祝曰  
承掾史之賜神人之粮正赤黃行無過域下  
諸醫以自防叩齒三通咽氣三下令齒氣  
齊鳴凡三祝止飲之多少任意以飽爲度此  
旦一服後飢即取水祝服之亦無論早晚日  
三服便不飢初服水數十日瘦極頭眩足弱  
過此漸佳若兼服藥物則不至虛憊也不欲  
多言笑舉動忘精費氣此爲所忌耳

### 服藥論

夫五藏通榮衛之氣六府資水穀之味今既  
服氣則藏氣之有餘又既絕穀則府味之不  
足素問曰穀不入半日則氣衰一日則氣少  
故須諧藥以代於穀使氣兼致藏府而全也  
清陽爲天濁陰爲地清陽出上竅濁陰出下  
竅清陽發腠理濁陰走五藏清陽實四肢濁

陰歸六府清陽爲氣濁陰爲味味歸形形歸  
氣氣歸精精食氣形食味氣爲陽味爲陰陰  
勝則陽病陽勝則陰病是知陰以通之味以  
實之通之則不億實之則不贏矣今以草木  
之藥性味於藏府所宜爲也安藏丸理氣膏

其先無病疹藏府平和者可常服此九膏并  
茯苓巨勝等單服之藥若藏有病者則以所  
宜者增損之服如先有痼疾及別得餘患者  
當別醫攻療則非此之所愈也其上清方藥  
各依本經稟受者自宜遵服

### 安和藏府丸方

茯苓桂心甘草炙人參栢子仁薯蕷麥門冬

去心已上  
各二兩 天門冬四兩

右搗篩爲散白蜜和爲丸丸如梧桐子每服  
三十丸日再服以藥飲下之松葉枸杞等諸

藥可為飲也

理潤氣液膏方

天門冬黃精地黃朮已上各五升各茯苓二兩

桂心甘草各三兩薯蕷澤瀉已上各五兩

右並搗以密絹篩令極細納諸煎中又納熟

巨勝杏仁屑三升白蜜二升攪令調重湯煮

攪勿住手令如膏便調強為佳冷凝搗數千

杵密器貯固之少出丸服每早晨以一九如

李核大含消咽之日再三此藥宜八月九月

合至三月已來服之若三月二月中更煮一

度令稠硬則經夏不復壞

吐陰痰飲方

甘草二兩茯苓二兩

煮茶汁可五六升許濃汁者切煎藥相和煮

取六升絞去滓微溫服三升令頓即以物剔

喉中令吐吐已又溫服三升別令極盡所吐  
當引痰涎出矣又煮單茶汁三升許加少許  
生薑橘皮稍熱服漸漸啜之便仰卧以手按  
摩胃臆下至心腹暖覆衣便卧良久自此後  
勿食酸鹹諸物

瀉陰宿澤方

大黃白朮赤茯苓生薑已上各二兩大檳榔三枚

切碎水浸文火煮過別篩為末吳茱萸甘草各一兩

右切以水五升煮取二升湯欲成納大黃煮

一沸絞去滓分溫再服納檳榔末一半如人

行五六里又服以得三四行快瀉為度初一

服若不覺轉利後服亦可加鍊成朴硝半兩

服之自此後勿食生冷堅硬滑諸物十餘日

將息平和訖然可服氣餌藥

凡吐瀉皆以月三日後十五日已前天氣晴

和爲佳其日風雨陰霧及十五日已後慎不得吐瀉

### 慎忌論

夫氣之爲理也納而難固吐而易竭難固須係而使全易竭須惜而勿泄真人曰學道常如憶朝餐未有得之者惜氣常如惜面皮未有不全者也又曰若使惜氣常如一身之先急吾少見於枯悴矣其於交接言笑務宜省約運動呼呌特須調緩觸類愛慎方免所損矣夫人之爲性也與天地合體陰陽混氣皮膚骨髓藏府榮衛呼吸進退寒暑變異莫不均乎二儀應乎五行也是知天地否泰陰陽亂焉藏府不調經脉之候病焉因外所中者百病起於風也因內所致者百病生於氣也故曰恬憺虛寂真氣居之精神內守病安從

來信哉是言也故須知形神之性養而全之內外之疾畏而慎之素問曰天有宿度地有經水人有經脉天地和則經水安靜寒則經水凝沍暑則經水沸溢風暴起則經水波涌而隴起或虛邪因而入客亦猶經水之得風也

天溫日明則人血氣淖液而衛氣揚天寒日陰則人血亦凝沍而衛氣沈血氣者喜溫而惡寒寒則沍而不流溫喜而去之蒼天之氣清靜則志意治從則陽氣固賊邪不能容此因時之孕也月始生則人血氣始精衛氣始行月郭滿則血氣實肌肉堅月郭空則肌肉減經絡虛衛氣去形獨居是以因天時而調血氣者也若此時犯胃虛邪則以身之虛而逢天之虛兩虛相感其起至骨入則傷五藏

故曰天忌不可不知也

八正者所以候八風虛邪以時至者也八正之虛邪避之如矢射慎勿犯者假令冬至之月風從南來爲風賊傷也謂從其虛邪之鄉來乃能病人也他節倣此陽氣者一日而三候平旦陽氣生日中陽氣隆日西陽氣已虛氣門乃閉是故暮而收拒無擾筋骨無見霧露反此三時形乃困薄

久視傷血久卧傷氣久立傷骨久行傷筋久坐傷肉是謂五勞所傷也

愁憂思慮則傷心形寒飲冷則傷肺恚怒氣逆上而不下則傷肝飲食勞倦則傷脾久坐濕地強力入水則傷腎人有五氣喜怒哀悲憂恐也怒則氣上喜則氣緩悲則氣消恐則氣下寒則氣聚熱則氣泄憂則氣亂勞則氣耗

思則氣結喜怒傷陰寒暑傷陽喜怒不節寒暑過度生乃不固

五味所入苦入心辛入肺酸入肝甘入脾鹹入腎陰之生本在五味是故味過於酸則肝氣以津肺氣乃絕味過於鹹則骨氣勞短肺氣折味過於甘則心氣喘滿色黑腎不衡味過於苦則脾氣不濡胃氣乃厚味過於辛則筋脉阻弛精神乃央是故謹和五味則骨正筋柔氣血以流腠理以密如是則氣骨以精謹道如法長有天命多食鹹則脉凝泣而變色多食苦則皮槁而毛拔多食辛則筋急而爪枯多食酸則肉胝脇而脣揭多食甘則骨痛而髮落此五味之所傷也此論飲食之五味而藥性亦有五味服餌丸散特宜慎之服氣之人不宜食辛味何者辛交肺氣病無食

事也

五藏論

夫生之成形也必資之於五藏形或有廢而藏不可闕神之爲性也必稟於五藏性或有異而氣不可虧是天有五星進退成其經緯地有五岳靜鎮安其方位氣有五行渾化弘其埏埴人有五藏生養處其精神故乃心藏神肺藏氣肝藏血脾藏肉腎藏志志意通內連骨髓而成身形矣又心者生之本神之處也肺者氣之本魄之處也肝者罷極之本魂之處也脾者食原之本營之處也腎者封藏之本精之處也至於九竅施爲四肢動用骨肉堅實經脉宣行莫不稟源於五藏分流於百體順寒暑以延和保精氣以享壽且心爲諸藏之主主明則運用宣通有心之子安可

不悟其神之理邪藏有要害不可不察肝生於左肺生於右心部於表腎位於裏脾爲之使胃爲之市心爲之汗肺爲之涕肝爲之淚脾爲之涎腎爲之唾是謂五液心爲噫肺爲咳肝爲語脾爲笑腎爲噦天氣通於肺地氣通於肝雷氣通於心穀氣通於脾雨氣通於腎五藏各有所合心之合脉也其榮色也肺之合皮也其榮毛也肝之合筋也其榮爪也脾之合肉也其榮膚也腎之合骨也其榮髮也五藏各有府藏爲陽府爲陰五藏者藏精神而不瀉也故滿而不能實六府者受水藏而不留故實而能滿夫小腸爲心之府大腸爲肺之府膽爲肝之府胃爲脾之府膀胱爲腎之府六府者各有其應小腸者脉其應也大腸者皮其應也膽者筋其應也胃者肉其

應也三焦膀胱者腠理毫毛其應也十二藏之相使者心者君主之官也神明出焉肺者相傳之官也治節出焉肝者將軍之官也謀慮出焉膽者中正之官也決斷出焉膻中者臣使之官也喜樂出焉胃中上焦之門戶也脾胃者倉廩之官也五味出焉大腸者傳道之官也變化出焉小腸者受盛之官也化物出焉腎者作強之官也伎巧出焉三焦者決瀆之官也水道出焉膀胱者州郡之官也津液藏焉氣化則能出矣凡此十二官不得相失也故主明則下安以此養生則壽沒世不殆主不明則十二官危使道閉塞而不通形乃大傷以此養生則殆也

### 療病論

夫氣者之爲功也廣矣妙矣故天氣下降則

寒暑有四時之變地氣上騰則風雲有八方之異兼二儀而爲一體者總形氣於其人是能存之爲家則神靈儼然用之能禁則功効著矣況以我之心使我之氣適我之體攻我之疾何往而不愈哉習服閑居則易爲存使諸有疾痛皆可按而療之凡欲療疾皆可以日出後天氣和靜面向日在室中亦向日存爲之平坐臨目握固叩齒九通存日赤暉紫芒乃長引吸而咽之存入所患之藏府若非藏府之疾是諸肢體筋骨者亦宜先存入所主之藏也閉極又引凡得九咽覺其藏中有氣乃存其氣攻於所苦之處閉極微微吐氣其息稍定更吸而攻之覺疾處溫暖汗出爲佳若在四肢應可導引者則先導其處已後攻之縱上體上亦宜按捺令其氣通若在頭

中當散髮梳頭皮數百下左右搖頭數十過  
乃吸氣訖以兩手指於頂上急攀之以頭向  
上力拒之仍存氣向上入腦於頂髮諸孔衝  
出散去一極訖放手通氣更爲之以覺頭頭  
汗出痛處寬暢爲候若病在藏府者則仰卧  
吸引存入其處得五六咽則一度閉息攻之  
皆以意消息其病或是久來痼疾并有癥塊  
痰積者則非氣之所能除愈終亦稍覺寬平  
也兼藥同療亦無所妨乃於藥性易効耳雖  
用氣攻病雖攻其處膚腠散出然兼依明堂  
圖取其所療之穴想而引去尤佳既知其穴  
宜依十二月各用其律管急按穴上想而出  
之則心存有所主氣行有所適矣

黃鍾十一月律也管長九寸空中國九分大  
呂十二月律也管長八寸空中國九分大簇

正月律也管長七寸強空中圍九分夾鍾二  
月律也管長七寸強空中圍九分姑洗三月  
律也管長七寸強空中圍九分仲呂四月律  
也管長六寸強空中圍九分蕤賓五月律也  
管長六寸強空中圍九分林鍾六月律也管

長六寸強空中圍九分夷則七月律也管長  
五寸強空中圍九分南呂八月律也管長五  
寸強空中圍九分無射九月律也管長四寸  
強空中圍九分應鍾十月律也管長四寸強  
空中圍九分皆取山陽之竹孔圓者其節生  
枝不堪用手臂不援雖云手臂諸有疾處亦  
可爲之先以一手徐徐按摩所疾之處良久  
畢乃臨目內視視見五藏咽液三過叩齒三  
通正心微呪曰  
太上四玄五華六庭三魂七魄天關地精神



符禁衛天胎上明四肢百神九節萬靈受錄  
玉宸刊書玉城玉童護命玉女侍身永齊二  
景飛仙上清長與日月年俱後傾超騰升仙  
得整太平流風結痾注鬼五飛翹題塚訟二  
氣相徊凌我四肢于我盛衰泰山天丁龍虎  
曜威斬鬼不祥風邪即推考注匿訟百毒隱  
非使我復常日月同暉考注見犯北辰收催  
于明上威畢又常以生氣時咽液二七過按  
體所痛處向王而呪曰  
左玄右玄二神合真左黃右黃六華相當風  
氣惡疾伏匿四方玉液流澤上下宣通內遣  
水火外辟不祥長生飛仙身常休強畢又咽  
液二七過又當急按所痛處三十一過常如  
此則無疾也

### 病候論

天生之爲命也資乎形神氣之所和也本乎  
藏府形神貞固則生全而享壽藏府清休則  
氣泰而無病然且稟精結胎之初各因四時  
之異誕形立性之本罕備五常之節故躁擾  
多端嗜欲增結或積痾於受生之始或致疾  
於役身之時是故喜怒憂恐自內而成疾也  
寒暑飲食自外而成病也強壯之歲唯知犯  
觸衰謝之年又乘修養陰陽互舛形氣相違  
諸疹既生厥候多狀況手脈氣之者穀舖已  
竭形體漸羸精氣未全神魄不暢或舊疹因  
之以發動新犯致之以虛邪須知所由宜詳  
所療今粗其可辨之狀以代問醫則其氣攻  
之術希同物藥虛實之形其何以生自氣血  
以并陰陽相傾氣亂於衛血流於經血氣離  
居一實一虛血并於陰氣并於陽故爲驚狂



血并於陽氣并於陰乃為暈中血并於上氣并於下心煩惋善怒血并於下氣并於上亂而善忘陽虛則外寒陰虛則內熱陽盛則內寒陰盛則外熱五藏之道皆出於經遂行血氣血氣不和百病乃變化血而生氣有餘則腹脹飧泄不時天之邪氣感則害五藏也水穀之寒溫感則害六府也地之濕氣感則害皮肉筋脉也又邪之主也或生於陰或生於陽生於陽者得之風雨寒暑生於陰者得之飲食居處陰陽喜怒陽者天氣也主外陰者地氣也主內陽道實陰道虛故犯賊風虛邪者陽受之食飲不可不節起居不時者陰受之陽受之則入六府陰受之則入五藏入六府則身熱不時卧上為喘呼入五藏則填滿閉塞下為飧泄久為腸澼故喉主天氣咽主

地氣故陽受風氣陰受濕氣故陰氣從足上行至頭而下行循臂至指端陽氣從手上行至頭而下行至足故曰陽病者上行極而下行陰病者下行極而上行傷於風者上先受之傷於濕者下先受之

頭者精明之府也頭憊視深精將奪矣背者胃之府也背曲肩隨胃將壞矣腰者腎之府也轉搖不能腎將憊矣膝者筋之府也屈伸不能行則僂附筋將憊矣骨者髓之府也不能久立行則掉慄骨將憊矣

肺熱病者右頰赤心熱病者顏先赤肝熱病者左頰赤脾熱病者鼻赤腎熱病者頤赤病雖未發見其色者宜療之故曰療未病者病肺熱病者色白而毛槁心熱病者色赤而絡脉溢肝熱病者色蒼而爪枯脾熱病者色黃

而肉蠕動腎熱病者色黑而齒枯

肝主春足厥陰少陽主治其日甲乙肝苦急  
急食甘以緩之又曰肝病欲散急食辛以散  
之用辛補之酸瀉之禁當風肝惡風也心主  
夏手少陰太陽主治其日丙丁心苦緩急食

十九

酸以收之又曰心病欲更急食鹹以更之用

鹹補之甘瀉之禁溫衣熱食心惡熱也脾主  
長夏足太陰陽明主治其日戊己脾苦濕急  
食苦以燥之又曰脾病欲緩急食甘以緩之  
用甘補之苦瀉之禁溫食飽食濕地濡衣脾

惡濕也肺主秋手太陰陽明主治其日庚辛  
肺苦氣上逆急食苦以泄之又曰肺病欲收  
急食酸以收之用酸補之辛瀉之禁寒衣飲  
食肺惡寒也腎主冬足少陰太陽主治其日  
壬癸腎苦燥急食辛以潤之開腠理致津液

氣通也又曰腎病欲堅急食苦以堅之用苦  
補之鹹瀉之卒燒無熱食溫衣腎惡燥也  
走氣氣病無食辛苦走骨骨病無食苦甘走  
肉肉病無食甘鹹走血血病無食鹹酸走  
筋病無食酸是謂五禁勿多食也

肺病者喘咳逆氣肩背痛汗出尻陰股膝滿  
肝足背痛虛則少氣不能服事耳聾齒乾心  
病者胃中痛脅肢滿肋下痛膺脅有甲間  
兩臂內痛虛則胃腹太滿脅下與腰相引而  
痛肝病者兩脅下痛引小腹令人善怒虛則  
恐如人將捕之氣逆則頭痛耳聾頰腫脾病  
者身重善肌肉痿足不收行善契脚下痛  
則腹滿腸鳴溏泄食不化腎病者腹大脰腫  
喘咳身重寢汗出惡風虛則胃中痛也  
肺風之狀多汗惡風時咳短氣晝日則重暮

則甚診在眉上其色白心風之狀多汗惡風  
焦絕善怒診在口其色赤肝風之狀多汗惡  
風善悲微蒼盛乾善怒診在目下其色青脾  
風之狀多汗惡風身體怠墮四肢不欲動微  
黃不嗜食診在鼻上其色黃腎風之狀多汗  
惡風面疣然脊痛不能正立其色焔隱曲不  
利診在肌上其色黑胃風之狀頸多汗惡風  
食飲不下隔塞不通腹善滿失衣則腹食寒  
則泄診在形瘦而腹大首風之狀頭面多汗  
惡風先當風一日則病甚頭痛不可以出戶  
至其風日則病小愈矣



養生詠玄集序

臨六

夫詠玄者乃詠玄中深奧也。窈冥取理恍惚。求真撮衆妙之英華。採群經之要會。言上直而義正道。入重玄旨。似遠而意明。風存上祖。引龍虎同歸之躁競。顯玄牝絕利之玄微。直示指歸。立成妙用。正演開遮之說明。分去就之元廻。玄包羅昇沈浩渺。故使下士撫掌上。士勤行克成於神氣。全真冀泯於根塵。妄照誠知珠玉。予何重性命。予何輕寧不窮。解分息動之玄。而縱流光走魄之逝。深可悲哉。此詠玄詩。寔長生度世之法要也。至如玄元帝之靈策。常秘枕中。淮南王之神方。密藏肘後。蓋上聖所傳。所重乎至言也。學者值遇。宜須秘慎。深自惜焉。

養生詠玄集

榮衛氣

二氣相成道始生

夫安形立此未有獨分一氣而獲著生蓋榮衛調和方生存也故云二氣相成始生者道也道者生也故老子云道不可見因生以明之生不可常用道以守之

渾融同處一源行

二氣渾融之謂和氣同處一源以其生生也

陰陽感激相須理

稟二氣而兆形質含二氣而著生成此皆感激陰陽資養性命

不得和柔即戰爭

忽二氣爭競不相和柔即勃亂五臟而患

生焉故經云陰疑於陽必戰是知無全陽之男全陰之女故天爲全陽而陰露地屬全陰而抱陽精蓋天地陰陽相須而化生萬物易云乾男坤女故人倫亦全法天象地矣

榮氣

榮氣生來不獨分

榮氣者清陽也內觀經云氣清而駛謂之榮在人身中不可獨建故不獨分也

清陽虛在賴陰存

陰氣聚而陽託陽氣存而陰賴故曰陽賴陰存以相成也

從茲始得成胚兆

夫二氣相感始成于胎孕解胎而生亦自有榮氣之始也

鍊取歸元別有門

於二氣中淘鍊歸於本源純一清淨之氣  
別修除滓穢成全陽而榮與道同真矣

衛氣

衛氣元從陽氣來

衛者濁也內觀經云氣濁而遲謂之衛本  
因元氣交感方有形軀既有形軀士明衛  
氣故衛從榮來  
色身兆合處胞胎

形質既兆即稟二氣之所感處于胞胎也

暗符天地排宮室

人之一身暗象天地故內觀經云眼爲日月  
髮爲星辰眉爲華蓋頭爲崑崙布列宮  
闕安置精神此之謂也  
自此澄凝細可裁

自此精血澄凝以成形質細可裁量以通  
其用蓋人之衛氣凡有二名一者精血澄  
凝以成形質二者同榮氣流行而通乎生  
也是知人之身者因示修真之地得手最  
靈之稱可不惜而息惰而求於逝也其衛  
氣亦象三才一者澄凝以成形質象地也  
二者榮衛合處曰冲和之氣象人也三者  
真精命蒂居上丹田全陽之官以象其而  
也稟此三氣以通其生而道自歸之是故  
體三才而履道也

魂魄

二氣舍和即著生

魂者陽真精也魄者陰真精也二精處乎  
泥丸宮以帶二氣不相離潰而神明居之  
生方著也老子曰萬物負陰抱陽以成其

道

始名魂魄應真靈

子產曰人始曰魄既生陽曰魂是故二氣發生莫非魂魄而應真靈及其生也萬變千化有生有死無超躐三清漂淪諸趣得喪之機實在於此矣

在天日月全通象

日月者天地魂魄也故魂者爲日主晝天真精也魄者爲月主夜地真精也是知明暗同源往來通會蓋人之魂魄全通象於日月也淮南王曰天之氣成魂地之氣成魄又五藏內鏡云父之精氣爲魂母之精氣爲魄其理昭然矣

萬化皆從守一寧

萬化者蓋心之所滅而運役魂魄著於生

云故聖人設千經萬術教化群品顯是守一之法而息諸妄也

魂

陽精魂主號神金

魂者陽真精也故陽精是神之金聖人爲之法體遞相繫屬以通真也韓子云非至精不能變至神抱朴子云老君者天之魂感日精而孕化成兆身故顯至陽之精也感應潛符運用心

心動即氣轉故云潛符以明感應也

若使圓通諸妄息

若息諸妄至於圓通即氣以合於神而生變也

靈光照耀脫全陰

真精既備乃合靈道遙不夜即脫垢全陰



之質故聖人稟禦以通靈變也

魄

陰氣冲融應感陽

境動宜其心而成感激也

二來和會致流榮

二氣既投弗可致也

窮玄偶此非真用

窮玄者隨境放逸致二氣奔蕩即非真用  
之法違道之真理也

魂不飛揚魄不妨

魂不飛揚魄不妨者應心之用也魂既不  
飛魄亦不應蓋心爲去留之轄氣是生死  
之基而修生之理非此者未之有也

谷神

聖祖函關顯谷神

聖祖於函關爲關令尹喜說道德經五千  
言指象立端顯明谷神削其浮訛以彰玄  
妙也

深微歷代事長新

○義理深微卒何窮究縱多分曉莫盡洪源  
故云深微歷代事長新言經文玄邃者也  
若於已上披尋得

思理棄言崇於已上行持之法匪於谷外  
也

便是今生了悟人

契悟者不拘優劣及有無之分若頓悟即  
一生了决果陶屬論於諸生也

谷

玄谷因何隱至靈

谷者二氣孕化之兆也

都緣谷內抱真精

真精者二氣之精莫處乎泥丸宮此乃因  
茲隱至靈若精散即神去也

如從得所相包繫

神氣相須各不離潰也

和會依憑始有聲

和會各相依憑以成其體既和會感至靈  
即方明著生即有聲音者也

神

○聞寂猶來無所依

聞寂者幽寂也言神之未處四大恒遊太  
極無所依附及降兆於身始明靈即立生  
有道本體象乾坤凡生行藏皆能通應老  
子云視之不見聽之不聞搏之不得又易  
曰陰陽不測之謂神即知其不以意度寧

足以言詮而明之也

因過玄谷衆神歸

既過玄谷眼即視色耳能聽聲鼻能嗅香  
舌能別味意懷會變身受寒溫靈變多端  
故云衆神歸也

子今認得還元路

返本還元之道滅心抱一之法必在事無  
道匪多事而至也

不計程途迥細微

非步涉程途以明其要莫不探賸速妙體  
用雙明而能捨妄歸真背塵合道也

返本還元

氣衰形悴少精神

人之衰老爲滌嗜欲以致傷敗而多殂落  
西昇經云如木自出火還復自燒腐又陰

符經云心生於物此之謂也

返本還元是最真

氣全神備道可克成太白真人云老者復丁壯者返嬰此蓋明返本而還元者也

補過功成方漸契

補過者爲補從來耽淫銷削之過補之功成方契返本之道也

復知大患即吾身

復知者重明返本還元也返本還元凡有二初明補過謂求全氣而返真次云復知者以其本乃歸乎本元老子云吾有大患爲吾有身及吾無身吾有何患依此而論故老子不以全身爲至也

神與氣合

神氣相須不去離

夫神之無氣若魚之去泉氣之去神如燈之無火不可去離也

深明翻恐世人疑

將神合氣化入無形有無之理亦不執滯若深明之廣學者疑惑蓋人有智識明昧淺深者也

且緣凡聖行持別

聖人不視外色不聽外聲不思外事神凝氣合凡俗以貪妬爲心勞神役智故聖人行神與氣合之事也

非絕神鑪安得知

儻去就之未歸即神氣之不合實如猫捕鼠同聲相應同氣相求自此則可結胎育嬰換帶之臭質迴顏返老鍊冗冗之凝軀或發火以焚身或化金而成骨或則脫落

滓滯或則凝撮真如入不二之玄門盡無窮之至理是知神與氣合方有滋應用隨其所歸是非深淺而通變化之道者也

抱一

深玄抱一事為宗

神氣相抱混而為一之宗老子曰抱一為天下式又云善抱不脫善計不用籌策又莊子云通於一萬事畢也

未了真元道不通

未諳軌轄寧得通和

心地虛無方見諦

虛無者虛無其心也故老子十三虛無經所載蓋顯五千文中生之徒十有三十三者全明生之徒也所明十三總歸於虛以為善既心地虛無以求抱真一也

信知萬物用非同

學者多途玄陳各異故云萬物之用不同虛無抱一之道者也

胎息

用得沖和道自全

沖和者二氣混同榮衛合處若用及綱衛則契最玄之理而著於會通生道餘也

適名胎息理幽玄

謂契重玄之理即明真住之法也

處胎赤子何當契

靡由百穀生自何存

細審行持法自然

了認赤子之道可明胎息之機自然理會神凝心通念絕蓋聖人稟之而生憑之而成苟不得其要樞即難除其大患指歸之

路局茲而無法可言返本之源應用而有期必契體而用之必無差失棲真子云我氣內閉我身長寧凡修胎息之法皆是自然之道保任真息綿綿來往微微不得令靜躁不恒自以求乎安也晝夜修行不斷日往月來真人自不出戶若得真全胎結其道至矣老子曰綿綿若存用之不勤此理明絕諸慮以定其至而生慧昭然也若至定位即生定水灌溉五臟生光華此曰真水非乎涎濁之液唾此去留形住世之

法要三位銘云心若住氣亦住氣若住形亦住三者盡住即我命在我不在於天矣

自然

水性謙柔火性剛

水火各屬自然蓋論水火相生之理以明

神氣自然之道也

就卑炎上各相當

就卑者水之性炎上者火之體故氣能蒸上液能潤下二物遞相交感氣上蒸以生液液下潤而生氣固養一身自茲感化故

名之各相當非人所擠抑也

交并感應皆相類

交并者水火相投而成感應類象外之凡水火若炎釜水氣即生蓋顯大道之感應皆自然也

莫數殊途理自長

既知本體自然之道故非外有所求且天覆地載男生女孕君臣父子皆稟自然之數非乎殊途異類之屬而能會和如此即還丹之道昭矣本元之理明矣

## 龍虎

龍虎同源躁競時

龍者隱顯非常有無不的故象神之妙也  
虎者其性勁勵其力剛強復象氣之爲物  
也聖人混神氣爲一物也故得制伏之機  
凡俗以內外各行而生躁競之患遂致龍  
騰虎走不相繫屬也

祇應聚極却支離

既立兆形乃全其神氣皆以嗜慾所感至  
于衰老脫則元氣既盡即神無所投致之  
死也故曰聚極則支離也

先須制虎爲樞轄

欲降其龍先須制虎故陰符經曰擒之制  
在氣蓋全氣以明其用者也  
便得龍潛兩自持

虎伏龍潛兩自憑而歸真一之道太皇老  
歌曰虎伏龍亦潛降龍先伏虎但卑河車  
功不用隄防拒蓋顯擒之用也

鍊陽銷陰

陽鍊陰銷舉世移

鍊陽魂銷陰質也鍊陽銷陰之法天真皇  
人傳黃帝三一之訣此其道也若神氣相  
合陽自鍊陰自銷此皆自然之理陰陽使  
其然哉黃庭經云玄元上一魂魄鍊其理  
至所至玄人罕得知其深奧故曰舉世稀  
也

靈文妙訣好遵依

靈文金簡之書妙訣乃三一之法此皆起  
歸秘藏飛入玄都非乎至人不傳斯道鍊  
陽銷陰之理化本虛無之機遇云凡人何

所至矣

陽緣躁動難拘繫

欲拘繫者理不偏取道可雙全匪羈孤而成妙用也玄剛云凡人餘陽一分則不死餘陰一分則不仙也

認取靈元上上機

靈元有上機乃制躁動之樞要太白真人曰玄機至則身存機往則身喪也

上丹田

官闕重重號玉都

玉都者沉九宮也上丹田有九處官闕悉相通貫故云官闕重重也

還丹成就處陽爐

還丹者真精也上丹田乃全陽之官獨貯還丹之所人皆有之故云成就處陽爐也

通神夾脊爲衝道

此宮有二條脉夾脊降下至丹田氣海以通真精點化和氣而應脫泄者也

下應關元事不虞

關元者乃下丹田脫泄精氣之關口也若人交感陰陽則真精降下至關口點和氣變爲凝精以應神用蓋此關乃百聚之口通諸臟腑及四肢筋脉如藕絲竅氣化之所故號關元也上若應下而道者以爲不虞矣

中丹田

建申令屬應中田

建申者七月中元亦應人之中丹田也

一部三焦心肺肝

三焦者心肺肝也主喘息之府此乃中丹

田所管故號生之府津液下潤而致于是也

自有靈臺駐真宰

靈臺者五藏心之一藏也真神依附以爲官室故云駐真宰也

修持見在證輕安

若知真神之動用則修持見在證輕安則永無憂患也

下丹田

○ 冲和運育下丹田

下丹田者臍下三寸氣海是也冲和者一氣榮榮氣混衛氣故名和氣其氣運轉於五藏四肢常湊於下丹田故曰氣海也

點化猶來道不玄

心若動作貪著淫慾即上丹田真精降至

下丹田點化和氣和氣即化遂乃棄損而道豈玄也

二氣相投皆感應

謂男女二情交相感激而有雲雨施之事皆自然感應乃至成于胎孕自真元之精

成變化在修生者宜須慎守以求制禦之法故太白真經云留精於身即生身施精於人即生人移此元氣結彼元氣彼既成形此則受損是知至慎於是也

細尋運會地交天

天地陰陽二氣相推而生變化蓋陰陽有運會之理不言而信故云氣上蒸一而雨澤雨澤下潤而萬物化生但細推天地運合日月廻旋以明法象通乎無私之理

重玄



上玄潛與下玄通

上玄門也下玄關也謂上玄不止即下欲難除也故云上下潛通也

動靜由來事一同

動止上下相應而通其氣故以重玄明之兼心法而論也至如龍吟雲起虎嘯風生皆以隨類相從各得其所故上玄下玄應用等心法而兼濟助事同一也

消息上玄令泯滅

專一漸求泯滅老子云合抱之木生於毫末九層之臺起於累土故消息亦皆如之若修至神與氣和真金胎即自然心隨息盡氣逐息生塵境既消繫係都盡胎息論云胎從元氣中結氣從鼻中生溫在乎專用泯滅故知日新此之謂也

下玄從此亦同功

老子云前後之相隨者也

陰丹

陰丹多見賺時人

得者全少失者至多

都是傳來託悞文

得者少託悞文者多見天逝不體本元故非真諦且凡心既發如猛火投焰事既熾然卒何固濟故道之玄妙起自心法既忽蕩動氣亦奔騰豈謂初機之道返為害命

未曉重玄篇內旨

未曉重玄之旨徒枉陰丹之功

味於無味亦徒云

既若無味則何用行持故云亦徒云也黃庭經云長生至慎房中急何謂死作令神

泣蓋王屋真人羅真人狐剛子元陽諸仙人不可一一舉備所說陰丹皆得重玄之妙用道體交合神凝之法若初學強自行持而至中天與道愈失與道愈失與道愈彰生自何存也故陰丹之法本爲絕塵之事古聖人恐真者未遂了達且居常道故示之陰丹之妙其理法天象地界陰降陽所忌者以姪心難制以女子交感而男子先脫其精如此行之而疾病俱生以運天逝其外晦朔弦望風雨飢飽喜怒勞佚次而忌之凡女人有經後六日合三陽數與女人交合者生男三陰數與女交合者生女凡一月此六日若是須二情齊降方獲成就自此陰陽算數還知貧富貴賤其理昭然矣

### 玄關

無關善閉豈能開

老子曰善閉無關捷而不可開玄關者不獨稱乎心也若明善閉之法以通玄妙始得玄關之稱蓋善閉之道即心地之法也妙使靈童出得來

靈童者得道之稱也若契玄關之理即達善閉之道或出或處得妙便法要至乎輕安也

已絕六塵玄路啓

六塵者謂眼耳鼻舌身意六根各有法識所染是六塵故云玄關善閉以求泯滅其塵妄若志之所至即玄之又玄也

自茲生死不相該

無染塵識安係去留心法兩忘取損同泯

棲真子云百邪不能干其正群動不能撓其清故生死不該屬也

### 玄珠

玄珠安比世間珠

非身外有珠方壁之類也故曰居易求玄珠賦云動爲道樞靜爲心荷玉光不耀至真不渝也

悟者將知是命符

若悟珠之至理乃明生之要會而與命符也

不昧不明隨應化

老子云不昧不明玄之又玄蓋顯玄珠之本體相應其通而變者也

動爲瑕玷即縈紆

心動即隨緣逐境乃是玄珠之瑕玷故云

動爲瑕玷即縈紆即玄珠不能瑩徹也

### 玄牝門

通真玄牝是靈關

玄門者神廬也牝門者大關也此修行之大要也故云靈關老子云谷神不死是謂玄牝玄牝之門是謂天地根也

不悟修生事更難

若不悟玄牝門行持修生之理與精神爲關鑰即修生之事無所可著也

浪緊游流功用到

初行持者乘舟到游流功用到則非常道老子曰理大國若烹小鮮寬猛之理得其所以

抵茲灘後更無灘

若功用到永離憂患恒居安靜故云更無

灘也

### 玄門

九洞三山名少人

九洞三山者海中所有之島乃仙人集居之所絕學至人多隱其間故舉以明得道之所由顯玄門是修生之樞要九洞三山亦象人之三田九竅也

盡經此路學修真

玄門一路得盡同若失之歸即動皆非

下連紫府通華蓋

華蓋者肺也紫府腎宮氣海也蓋玄門開合皆通應也

得喪絕塵非絕塵

若得神廬之妙則永故云絕塵若喪淳朴之根巡還六趣即云非絕塵

### 牝門

諸竅開因牝竅開

牝門者大開也諸竅開拆至于筋脉五藏命關皆悉相應脫漱氣液至于衰老而無覺知以崇其道求乎生也

精神自此去如催

牝門既開則出損精氣精氣若損神漸昏蒙而見危壞

固關樞要將爲首

修生者因閉天關次爲其首也

迷者多因致禍灾

若不明開合之理但貪著滋味之感則萬禍入寒暑侵至于殞逝皆由之也

絕利一源

絕利一源事細微

絕陰路而啓陽門初機道也老子胎息精  
微論曰玄之又玄是我命門又陰符經云  
絕利一源用師十倍三返晝夜用師萬倍  
匪運而有用師之倍蓋絕一源於是也  
調和全白理神機

調和調源也全在神機運合者也

若教依舊還貪著

若念未盡不能制止蕩逸去來即非道也  
倏忽交爭見是非

若神氣亂行妄生動作則暴亂生乎是非

致錯誤之由也

心

染污隨緣聖莫窮

心者性之用也隨緣染境起滅無常是知  
聖莫窮也

都來心法共伊通

千方萬法至于出死入生未有不因心而  
修學至于成備者也

是非得喪全由此

萬事是非或捨或留或迷或悟皆由此也

返本歸源道愈同

返其本歸其源故道是群經之要會與道  
合即同也

性

性爲心所本同途

性不可見由心明之心不自彰因性方起  
既爲心所起故曰同途

認取元陽制動樞

元陽者元和之氣能制躁動故爲樞也此  
全明心法也

依附凝軀方建立

人依屋宇始免風霜性託形軀方能建立也

自心却返到虛無

心契妙軌以法行持云歸虛無之妙故云

自心却返而歸元也動即爲心乃之動而非動其動則應見隨機變通無滯群品於始終之理知他心起滅之端妙不可量功不可測化無所化稱莫以稱在凡即云妄想紛紜在聖即曰真元作用者也其靜則

爲性是知靜則非靜泯滅變化之道消亡

應現之機不涇不緇無塵無垢熙熙上聖之真風蕩蕩極迷途之化本巍巍事既實而言莫詮道以崇而理難喻前際後際有空煥乎浩浩之元宛乎融融之德妙中之

妙玄之又玄此蓋歸乎化源而窮理盡性變化莫測者也

法

法本無言理自如

不拘動靜理自如如

猶知自是衆經樞

聖人所設萬論千經說不可及法乃無樞要也

人有穎悟玄玄趣

若得悟玄中深趣即真道之諦理也

秘向心頭作妙符

法者心源之妙符起生死之大要非輕取輕傲求非躁撓所能知非訛所能學非念誦而至非步歷而至明昧雖殊古今不異真言訣云去其死先去其生去留之理體

而用之故高真教主太上虛宗或明於三  
心九心或顯於一法萬法至於皇人丹訣  
青童玉書理有實歸本元是非執滯調不  
訛而經衆妙直露希夷其餘化體飛形育  
嬰固命乃至五行假借動靜得常三身互  
道往不廢亦干枝葉殊未屆其根株蓋受  
道於深淺之師致理有見聞之執深宜濟  
度勿憚參承

養生詠玄集





譚景升真人李元卓真人著

# 譚子化書莊列十論

自由出版社印行



## 譚子化書莊列十論合刊序

道家對於天地萬物與宇宙化育之奧妙，特有其超人之卓解。言生生變化之理，揭人天萬象之元者，莊列二子啓其端，而景升譚子實大其成。後世神仙丹道者流，雖祖述黃老，然其理論與方法秉承，要亦多自莊列之原理中流演而出。惟過視高明者，則目爲幽玄莫測，而不深造其道；流於淺疏者，則視爲常理當然，而不窮至其理；致使我國數千年來對自然宇宙之科學思想，湮滅不彰；對心性精神之煉養要妙，亦江河日下矣。

唐代仙人譚峭，字景升，出身書香世第，深究易老莊列。天挺睿智，學邁前古，而蔽履功名，專志修道；以習水仙道法而得飛昇，其一生事蹟，斑斑可攷。所著化書六卷，字字珠璣，言言見諦；如行雲流水，如化日光天；不但爲道門所尊，卽儒釋兩家學人，亦莫不備極推崇。其言道也，廣大而無所不包；其言理也，明徹而無所不至。其言德也高，其言術也深；其言內修也化，其言外治也神。其義精，其旨正，其辭約，其文古。讀其書，可使貪者廉，愚者智，迷者悟，癡頑者化。正所謂一言截斷千江水，片語頓開萬里雲者是！惜乎保有斯書者，往往秘如拱璧，不肯流通，致世人知之者鮮，而其道亦惑而不彰矣！本社爲闡揚我國固有文化，廣佈道家學術思想，乃不惜重金，搜購海內外上乘秘笈，數年於茲，始得此絕版孤籍。秉志切宏道之初衷，不敢自秘於石閣，特爲影印問世，願與學林中上智之士，共讀而共參之也。

本書由宇宙自然物理人事，以及窮理盡性養生盡年諸端，而至於治國平天下之道，莫不敲骨取髓，縷述周詳。見千古來前人之所未見，發千古來前人之所未發；盡廣大而極高明，致精微而超神化；所謂虬光蜃氣，吞吐空靈者也。切不可徒觀止其文辭華麗，理解清新而已！他如言萬物自然之化理，宇宙人生之奧妙，確有過於現代科學，而直上重霄。讀者幸勿囫圇過去是幸！

譚子詩不云乎：線作長江扇作天，鞞鞋拋向海東邊；蓬萊此去無多路，祇在譚生拄杖前。讀者於此書，有所會心時，則功名富貴天下國家，亦可拋如鞞鞋蔽屣。無所會心時，則豆官蠅利是非得失，亦視同金屋皇冠。大千世界沙一粒。百年身世水半漚。又胡爲乎而不自悟自化，以超然於萬古雲霄而作自在人也。

本書合刊莊列十論，以其與化書同屬萬世不朽之名著。道家之學，大抵淵源於老莊列三子。關於老學精義，歷來發揮其微蘊者，不下數百家；莊列之學，載籍亦甚豐富。惟獨對莊列之玄旨，能融會貫通，闡發其至理，而深契大道者，唯太學教授李元卓氏之莊列十論一書耳！兩晉以還，自佛學東來，中國之學術思想，因之丕變。然如印度高僧鳩摩羅什之所譯各名著，莫不參合老子與莊列之精義而發揮之。又如其高弟僧肇法師，著有般若等四論以名世，亦爲融會中國道家思想而裁定於佛學者。後世凡研究中國學術思想或治東方哲學者，莫不推崇肇論，並以之概量今古。李元卓之莊列十論，融貫二子，透出人天；具金剛慧，演大乘法。正如香象渡河，截流而過，毫無疑滯。確可與肇論比美千古，而爲希世絕響之巨著也。乃因流傳不廣，世人欲究無從

，致此名山上籍，便爾湮滅無聞矣。今應學術界請求，與南懷瑾兄之敦促，特與化書合刊問世。倘欲研治甚深學術思想與養生修真者，能手此以尋幽探玄，迄其豁然有悟，則頓超聖地，自如反掌矣！

譚子化書，原見明正統道藏經太玄部，接刊有海客論，以其性質不相倫，故未選刊。莊列十論，原見同書正乙部，接刊有離峯老人集，幽玄雋雅，冲漠無朕。特附錄於篇後，用供怡情悅性參元入道之韻味焉耳！

辛丑農曆二月初九日文山遯叟蕭天石草於石閣



化書卷之一

別二

真人譚景昇撰

道化

紫極宮碑

道之委也虛化神神化氣氣化形形生而萬物所以塞也道之用也形化氣氣化神神化虛虛明而萬物所以通也是以古聖人窮通塞之端得造化之源忘形以養氣忘氣以養神忘神以養虛虛實相通是謂大同故藏之爲元精用之爲萬靈合之爲太一放之爲太清是以坎離消長於一身風雲發泄於七竅真氣熏蒸而時無寒暑純陽流注而民無死生是謂神化之道者也

蛇雀

蛇化爲龜雀化爲蛤彼忽然忘曲屈之狀而

得蹠盤跚蘇子切之質此倏然失飛鳴之態而得介甲之體斷削不能加其功繩尺不能定其象何化之速也且夫當空團塊見塊而不見空粉塊求空見空而不見塊形無妨而人自妨之物無滯而人自滯之悲哉

老楓

老楓化爲羽人朽麥化爲蝴蝶自無情而之有情也賢女化爲貞石山蚯化爲百合自有情而之無情也是故土木金石皆有情性精鬼虛無所不至神無所不通氣無所不同形無所不類孰爲彼孰爲我孰爲有識孰爲無識萬物一物也萬神一神也斯道之至矣

耳目

目所不見設明鏡而見之耳所不聞設虛氣而聞之精神在我視聽在彼跂部曰趾可以

割陷吻可以補則是耳目可以妄設形容可以偽置既假又假既惑又惑所以知鬼鬼魅我血氣醉我七竅因我五根役我惟神之有形由形之有疣苟無其疣何所不可

### 環舞

作環舞者宮室皆轉瞰迴流者頭目自旋非宮室之幻惑也而人自惑之非迴旋之改變也而人自變之是故粉巾爲兔藥石爲馬而人不疑甘言巧笑圖驗畫眉而人不知唯清靜者物不能欺

### 鉛丹

術有火鍊鉛丹以代穀食者其必然也然歲豐則能飽歲儉則能飢是非丹之恩蓋由人之誠也則是我本不飢而自飢之丹本不飽而自飽之飢者大妄飽者大幻蓋不齊其道

也故人能一有無一死生一情性一內外則可以蛻五行脫三光何患乎一日百食何慮乎百日一食

### 形影

以一鏡照形以餘鏡照影鏡鏡相照影影相傳不變冠劍之狀不奪黼黻之色是形也與影無殊是影也與形無異乃知形以非實影以非虛無實無虛可與道俱

### 蟄藏

物有善於蟄藏者或可以禦大寒或可以去大飢或可以萬歲不死以其心冥冥兮無所知神怡怡兮無所之氣熙熙兮無所爲萬慮不能惑求死不可得是以大人體物知身體身知神體神知真是謂吉人之津

### 梟雉



梟夜明而晝昏雞晝明而夜昏其異同也如是或謂梟爲異則謂雞爲同或謂雞爲異則謂梟爲同孰梟雞之異晝夜乎晝夜之異梟雞乎孰晝夜之同梟雞乎梟雞之同晝夜乎夫耳中磬我自聞目中花我自見我之晝夜彼之晝夜則是晝不得謂之明夜不得謂之昏能齊昏明者其惟大人乎

#### 四鏡

小人常有四鏡一名圭一名珠一名砥一名孟圭視者大珠視者小砥視者正孟視者倒觀彼之器察我之形由是無大小無短長無妍醜無美惡所以知形氣諂我精鬼賊我奸臣貴我禮樂尊我是故心不得爲之君王不得爲之主戒之如火防之如虎純儉不可襲清靜不可侮然後可以跡容廣而躋三五

#### 射虎

射似虎者見虎而不見石斬暴蛟者見蛟而不見水是知萬物可以虛我身可以無以我之無合彼之虛自然可以隱可以顯可以死可以生而無所拘夫空中之塵若飛雪而目未嘗見穴中之蠟若牛鬪而耳未嘗聞況非見聞者乎

#### 龍虎

龍化虎變可以蹈虛空虛空非無也可以貫金石金石非有也有無相通物我相同其生非始其死非終知此道者形不可得斃神不可得逝

#### 游雲

游雲無質故五色含焉明鏡無瑕故萬物象焉謂水之舍天也必天之舍水也夫百步之

外鏡則見人人不見影斯爲驗也是知太虛之中無所不有萬耀之內無所不見而世人且知心仰寥廓而不知跡處虛空寥廓無所間神明且不遠是以君子常正其心常儆其容則可以游泳於寥廓交友於神明而無咎也

### 噦噦

有言臭腐之狀則輒有所噦聞珍羞之名則妄有所噦臭腐了然虛珍羞必然無而噦不能止噦不能已有懼菽醬若螭螭者有愛鮑魚若鳳膏者知此理者可以齊奢儉外榮辱黜是非忘禍福

### 大化

虛化神神化氣氣化形形化精精化顧盼而顧盼化揖讓揖讓化陞降陞降化尊卑尊卑

化分別分別化冠冕冠冕化車輅車輅化宮室宮室化掖衛掖衛化燕享燕享化奢蕩奢蕩化聚歛聚歛化欺罔欺罔化刑戮刑戮化悖亂悖亂化甲兵甲兵化爭奪爭奪化敗亡其來也勢不可遏其去也力不可拔是以大人以道德游泳之以仁義漁獵之以刑禮籠軍之蓋保其國家而護其富貴也故道德有所不實仁義有所不至刑禮有所不足是教民爲奸詐使民爲淫邪化民爲悖逆驅民爲盜賊上昏昏然不知其弊下恍恍然不知其病其何以救之哉

### 正一

世人皆知莧藟可以割鼈而不知朱草可以剖人小人由是知神可以分氣可以泮形可以散散而爲萬不謂不足聚而爲一不謂有

餘若狂風飄髮竟竟夢飛屐齒斷蚓首尾皆動夫何故太虛一虛也太神一神也太氣一氣也太形一形也命之則四根之則一守之不得舍之不失是謂正一

天地

天地盜太虛生人蟲盜天地生蠐丁營蠐盜人蟲生蠐蠐者腹中之蟲也噉博我精氣鏤為我竟竟盜我滋味而有其生有以見我之必死所以知天之必頽天其頽乎我將安有我其死乎蠐蠐將安守所謂姦臣盜國國破則家亡蠹蟲蝕木木盡則蟲死是以大人錄精氣藏竟竟薄滋味禁嗜慾外富貴雖天地老而我不傾蠐蠐死而我長生姦臣去而國太平

稚子

稚子弄影不知為影所弄狂夫侮像不知為像所侮化家者不知為家所化化國者不知為國所化化天下者不知為天下所化三皇有道者也不知其道化為五帝之德五帝有德者也不知其德化為三王之仁義三王有仁義者也不知其仁義化為秦漢之戰爭醉者負醉齋者療齋其勢彌顛其病彌篤而無反者也

陽燧

陽燧召火方諸召水感激之道斯不遠矣高視者強低視者賤斜視者狡平視者仁張視者怒細視者佞遠視者智近視者拙外視者昏內視者明是故載我者身用我者神用神合真可以長存

死生

虛化神神化氣氣化血血化形形化嬰嬰化童童化少少化壯壯化老老化死死復化為虛虛復化為神神復化為氣氣復化為物物化不間由環之無窮夫萬物非欲生不得不生萬物非欲死不得不死達此理者虛而乳之神可以不化形可以不生

### 小髮

爪髮者我之形何爪可割而無害髮可截而無痛蓋榮衛所不至也則是我本無害而筋骨為之害我本無痛而血肉為之痛所以知喜怒哀非我作哀樂非我動我為形所昧形為我所愛達此理者可以出生死之外

### 神道

太上者虛無之神也天地者陰陽之神也人蟲者血肉之神也其同者神其異者形是故

形不靈而氣靈語不靈而聲靈覺不靈而夢靈生不靈而死靈水至清而結冰不清神至明而結形不明冰泮返清形散返明能知真死者可以游太上之京

### 神交

牝牡之道龜龜相顧神交也鶴鶴相唳氣交也蓋由情愛相接所以神氣可交也是故人大其道以合天地廓其心以符至真融其氣以生萬物和其神以接兆民我心熙熙民心怡怡心怡怡兮不知其所思形惚惚兮不知其所為若一氣之和合若一神之混同若一聲之哀樂若一形之窮通安用旌旗安用金鼓安用賞罰安用行伍斯可以將天下之兵滅天下之敵是謂神交之道也

### 大舍

虛化神神化氣氣化形形氣相乘而成聲耳  
非聽聲也而聲自投之谷非應響也而響自  
滿之耳小竅也谷大竅也山澤小谷也天地  
大谷也一竅鳴萬竅皆鳴一谷聞萬谷皆聞  
聲導氣氣導神神導虛虛舍神神舍氣氣舍  
聲相導相舍雖秋蚊之翔許切蒼蠅之營  
營無所不至也由此知之雖絲毫之慮必有  
所察雖啾啾之言必有所聞唯大人之機天  
地莫能見陰陽莫能知鬼神莫能窺夫何故  
道德仁義之所爲

化書卷之一

化書卷之二

真人譚景昇譔

術化

雲龍

雲龍風虎得神氣之道者也神由母也氣由子也以神召氣以母召子孰敢不至也夫蕩穢者必召五帝之氣苟召不至穢何以蕩伏虺者必役五星之精苟役不至虺何以伏小人由是知陰陽可以作風雲可以會山陵可以拔江海可以發然用之於外不如守之於內然後用之於外則無所不可

猛虎

猛虎行草木偃毒燭怒土石揭威之所鑠氣之所搏頑嚚爲之作小人由是知鋏可使之飛山河可使之移萬物可使之相隨夫神全

則威大精全則氣雄萬惑不能溺萬物可以役是故一人所以能敵萬人者非弓刀之技蓋威之至也一人欣以能悅萬人者非言笑之惠蓋和之至也

用神

蟲之無足蛇能屈曲蛭能掬蹙蝸牛能蓄縮小人所以見其機由是得其師可以坐致萬里而不馳是故足行者有所不達翼飛者有所不至目視者有所不見耳聽者有所不聞夫何故彼知形而不知神此知神而不知形以形用神則亡以神用形則康

水竇

水竇可以下溺杵糠可以療噎斯物也始製於人又復用於人法本無祖術本無狀師之於心得之於象陽爲陰所伏男爲女所制剛

爲柔所尅智爲愚所得以是用之則鐘鼓可使之啞車轂可使之闕妻子可使之改易君臣可使之離合萬物本虛萬法本無得虛無之竅者知法術之要乎

### 翹翹

翹翹附巫祭

一作癸

言禍福事每來則飲食言

語皆神每去則飲食言語皆人不知翹翹之附巫祭也不知巫祭之附翹翹也小人由是知心可以交氣可以易神可以奪鬼可以錄形爲神之官神爲形之容以是論之何所不可

### 虛無

鬼之神可以禦龍之變可以役蛇虺可以不  
能螫戈矛可以不能擊唯無心者火不能燒  
水不能溺兵刃不能加天命不能死其何故

志於樂者猶忘飢志於憂者猶忘痛志於虛  
無者可以忘生死

### 虛實

方尺之木置於地之上使人蹈之而有餘方  
尺之木置於竿之端使人踞之而不足非物  
有小大蓋心有虛實是故冒大暑而撓者愈  
熱受炎灼而懼者愈痛人無常心物無常性  
小人由是知水可使不濕火可使不燥

### 狐狸

狐狸之怪雀鼠之魅不能幻明鏡之鑒者明  
鏡無心之故也是以虛空無心而無所不知  
昊天無心而萬象自馳行師無狀而敵不敢  
欺大人無慮而元精自歸能師於無者無所  
不之

### 轉丹

轉萬斛之舟者由一尋之木發千鈞之弩者由一寸之機一目可以觀大天一人可以君兆民太虛茫茫而有涯太上浩浩而有室得天地之綱知陰陽之房見精神之藏則數可以奪命可以活天地可以反覆

### 心變

至姪者化爲婦人至暴者化爲猛虎心之所變不得不變是故樂者其形和喜者其形逸怒者其形剛憂者其形感斯亦變化之道也小人由是知顧六尺之軀可以爲龍蛇可以爲金石可以爲草木大哉斯言

### 珠玉

悲則雨淚幸則雨涕憤則結癭怒則結疽心之所慾氣之所屬無所不育邪苟爲此正必爲彼是以大人節悲幸誠憤怒得瀝氣之門

所以收其根知元神之囊所以韜其光若蚌內守若石內藏所以爲珠玉之房

### 螭螭

夫螭螭之蟲孕螟蛉之子傳其情交其精混其氣和其神隨物大小俱得其真蠢動無定情萬物無定形小人由是知馬可使之飛魚可使之馳土木偶可使之有知嬰兒似乳母斯道不遠矣

### 胡夫

胡夫而越婦其子辭面而炫昨未切足蠻夫而羌婦其子拗鼻而昂首梨接桃而本強者其實毛梅接杏而本強者其實甘以陰孕陽以柔孕剛以曲孕直以短孕長以大孕小以圓孕方以水孕火以丹孕黃小人由是知可以爲金石可以爲珠玉可以爲異類可以爲怪



狀斯造化之道也

陰陽

陰陽相搏不根而生芝菌燥濕相隋不母而生螾蟥是故世人體陰陽而根之數燥濕而母之無不濟者小人由是知陶鍊五行火之道也流行無窮水之道也八卦環轉天地之道也神物乃生變化之道也是以君子體物而知身體身而知道夫大人之道幽且微則不知其孰是孰非

海魚

海魚有以蝦爲目者人皆笑之殊不知古人以蜃蜃爲燈者又不知晝非日之光則不能馳夜非燭之明則有所欺觀傀儡之假而不自疑嗟朋友之逝而不自悲賢與愚莫知唯抱純白養太玄者不入其機

礪松

礪松所以能凌霜者藏正氣也美玉所以能犯火者蓄至精也是以大人晝運靈旗夜錄神芝覺所不覺思所不思可以冬禦風而不寒夏禦火而不熱故君子藏正氣者可以遠鬼神伏姦佞蓄至精者可以福生靈保富壽夫何爲多少之故也

動靜

動靜相磨所以化火也燥濕相蒸所以化水也水火相教所以化雲也湯盎投井所以化電也飲水雨日所以化虹蜺也小人由是知陰陽可以召五行可以役天地可以別晝日月可以我作有聞是言者必將以爲誕夫民之形也頭圓而足方上動而下靜五行運於內二曜明於外斯亦別構之道也

聲氣

操琴瑟之音則脩然而闕奏鄭衛之音則樂然而逸解頤蹙之音則背脊凜森<sup>聲上</sup>搥鼓鞀之音則鴻毛躑躅其感激之道也如是以其和也召陽氣化融風生萬物也其不和也作陰氣化厲風厲萬物也氣由聲也聲由氣也氣動則聲發聲發則氣振氣振則風行而萬物變化也是以風雲可以命霜雹可以致風風可以歌熊羆可以舞神明可以友用樂之術也甚大

大同

虛含虛神含神氣含氣明含明物含物達此理者情可以通形可以同同於火者化爲火同於水者化爲水同於日月者化爲日月同於金石者化爲金石唯大人無所不同無所

不化是可以與虛皇並駕

帝師

鏡非求鑒於物而物自投之索非求飽於氣而氣自實之是故鼻以虛受臭耳以虛受聲目以虛受色舌以虛受味所以心同幽冥則物無不受神同虛無則事無不知是以大人奪其機藏其微羽符至怪陰沲甚奇<sup>作陽</sup>可以守國可以救時可以坐爲帝王之師

琥珀

琥珀不能呼腐芥丹砂不能入燒金磁石不能取億鐵元氣不能發陶爐所以大人善用五行之精善奪萬物之靈食天人之祿駕風<sup>一作馬</sup>之榮其道也在忘其形而求其情

化書卷之二

化書卷之三

卷四同

眞人譚景昇譔

德化

五常

儒有講五常之道者分之爲五事屬之爲五行散之爲五色化之爲五聲脩之爲五嶽仰之爲五星物之爲五金族之爲五靈配之爲五味感之爲五情所以聽之者若醯雞之遊太虛如井蛙之浮滄溟莫見其鴻蒙之涯莫測其浩渺之程日暮途遠無不倒行殊不知五常之道一也忘其名則得其理忘其理則得其情然後牧之以清靜棲之以杳冥使混我神氣符我心靈若水投水不分其清若火投火不問其明是謂奪五行之英盜五常之精聚之則一亦可包散之則萬機齊亨其用

事也如酌醴以投器其應物也如懸鏡以鑒形於是乎變之爲萬象化之爲萬生通之爲陰陽虛之爲神明所以運帝王之籌策代天地之權衡則仲尼其人也

飛蛾

天下賢愚營營然若飛蛾之投夜燭蒼蠅之觸曉窓知往而不知返知進而不知退而但知避害而就利不知聚利而就害夫賢於人而不賢於身何賢之謂也博於物而不博於己何博之謂也是以大人利害俱亡何往不臧

異心

虎踞於林蛇遊於澤非鵠爲之讎鵠爲從而號之以其蓄異心之故也牛牧於田豕眠於圃非烏鵲之馭烏鵲從而乘之以其無異心

之故也是故麟有利角衆獸不伏鳳有利喙衆鳥不實君有奇智天下不臣善馳者終於蹶善闘者終於敗有數則終有智則窮巧者爲不巧者所使詐者爲不詐者所理

### 弓矢

天子作弓矢以威天下天下盜弓矢以侮天子君子作禮樂以防小人小人盜禮樂以僭君子有國者好聚歛蓄粟帛具甲兵以禦賊盜賊盜擅甲兵踞一作據粟帛以奪其國或曰安危德也又曰興亡數也苟德可以恃何必廣粟帛乎苟數可以憑何必廣甲兵乎

### 聰明

無所不能者有大不能無所不知者有大不知夫忘弓矢然後知射之道忘策轡然後知馭之道忘絃匏然後知樂之道忘智慮然後

知大人之道是以天下之主道德出於人理國之主仁義出於人亡國之主聰明出於人

### 有國

有國之禮享郊廟敬鬼神也禮作龜策占吉凶也敬鬼神信禍福之職也占吉凶信興亡之數也奈何有大不信窮民之力以爲城郭奪民之食以爲儲蓄是福可以力取是亡可以力敵是疑貳於鬼神是欺惑於龜策是不信於天下之人斯道也賞不足勸罰不足懼國不足守

### 黃雀

黃雀之爲物也日遊於庭日親於人而常畏之而人常撓之玄鳥之爲物也時遊於戶時親於人而不畏人而人不撓之彼行促促此行佯佯彼鳴啾啾此鳴鏘鏘彼視矍矍此視

汪汪彼心感感此心堂堂是故疑人者爲人所疑防人者爲人所防君子之道仁與義中與正何憂何害

### 籠猿

籠中之猿踴躍萬變不能出於籠匣中之虎狂怒萬變不能出於匣小人之機智慮萬變不能出於大人之道夫大人之道如地之負如天之垂無日不怨無人不欺怨不我怒欺不我夷然後萬物知其所歸

### 常道

仁義者常行之道行之不得其術以至于亡國忠信者常用之道用之不得其術以至于獲罪廉潔者常守之道守之不得其術以至于暴民財辯者常御之道御之不得其術以至于罹禍蓋拙在用於人巧在用於身使民

親稼則怨誠民輕食則怒夫餌者魚之嗜羶者蟻之慕以餌投魚魚必懼以羶投蟻蟻必去由不得化之道

### 感喜

感父之慈非孝也喜君之寵非忠也感始於不感喜始於不喜多感必多怨多喜必多怒感喜在心由物之有毒由蓬之藏火不可不慮是以君子之業爵之不貴禮之不下親之不知踈之不疑辱之不得何感喜之有

### 太醫

太醫之道脉和而實者爲君子生之道也撓而浮者爲小人死之道也太卜之道策平而慢者爲君子吉之道也曲而利者爲小人凶之道也以是論之天下之理一也是故觀其國則知其臣觀其臣則知其君觀其君則知

興亡臣可以擇君而仕君可以擇臣而任夫  
揖讓可作而躁靜不可作永冠可詐而形器  
不可詐言語可文而聲音不可文

### 讒語

藏於人者謂之機奇於人者謂之謀殊不知  
道德之機衆人所知仁義之謀衆人所無是  
故有賞罰之教則邪道進有親疎之分則小  
人入夫棄金於市盜不敢取詢政於朝讒不  
敢語天下之至公也

### 刻畫

畫者不敢易於圖像苟易之必有咎刻者不  
敢侮於本偶苟侮之必貽禍始製作於我又  
要敬於我又實禍於我是故張機者用於機  
設險者死於險建功者辱於功立法者罹於  
法動一竅則百竅相會舉一事則萬事有害

所以機貴乎明險貴乎丰功貴乎無狀法貴  
乎無象能出刻畫者可以名之爲大象

### 酒醴

夫酒醴者迫之飲愈不飲怒之飲愈欲飲是  
故抑人者人抑之容人者人容之貸其死者  
樂其死貸其輸者樂其輸所以民盜君之德  
君盜民之力能知反復之道者可以居兆民  
之職

### 恩賞

侯者人所貴金者人所重衆人封公而得侯  
者不美衆人分玉而得金者不樂是故賞不  
可妄行恩不可妄施其當也由爲爭奪之漸  
其不當也即爲亂亡之基故我自卑則賞不  
能大我自儉則恩不得奇歷觀亂亡之史皆  
驕侈恩賞之所以爲也

養民

民不怨火而怨使之禁火民不怨盜而怨使之防盜是故濟民不如不濟愛民不如不愛天有雨露所以招其怨神受禱祝所以招其謗夫禁民火不如禁心火防人盜不如防我盜其養民也如是

化書卷之三

化書卷之四

真人譚景昇撰

仁化

得一

曠然無爲之謂道道能自守之謂德德生萬物之謂仁仁救安危之謂義義有去就之謂禮禮有變通之謂智智有誠實之謂信通而用之之謂聖道虛無也無以自守故授之以德德清靜也無以自用故授之以仁仁用而萬物生萬物生必有安危故授之以義義濟安拔危必有否臧故授之以禮禮秉規持範必有疑滯故授之以智智通則多變故授之以信信者成萬物之道也

五行

道德者天地也五常者五行也仁發生之謂

也故君於木義救難之謂也故君於金禮明白之謂也故君於火智變通之謂也故君於水信慤然之謂也故君於土仁不足則義濟之金伐木也義不足則禮濟之火伐金也禮不足則智濟之水伐火也智不足則信濟之土伐水也始則五常相濟之業終則五常相伐之道斯大化之往也

畋漁

大禽獸之於人也何異有巢穴之居有夫婦之配有父子之性有生死之情鳥反哺仁也隼憫胎義也蜂有君禮也羊跪乳智也雉不再接再信也孰究其道萬物之中五常百行無所不有也而教之爲網罟使之務畋漁且夫焚其巢穴非仁也奪其親愛非義也以斯爲事非禮也教民殘暴非智也使萬物懷疑非



信也夫羶鳧之慾不止殺害之機不已羽毛雖無言必狀我爲貪狼之與封豕鱗介雖無知必名我爲長鯨之與巨虺也胡爲自安焉得不耻吁直疑自古無君子

### 犧牲

犧牲之事燕鴈之薦古之禮也且古之君子非不知情之憂喜聲之哀樂能動天地能感鬼神刀机前列則憂喜之情可知矣鷹犬齊至則哀樂之聲可知矣以是祭天地以是禱神明天地必不饗苟饗之必有咎神明必不歆苟歆之必有悔所以知神龍見喪風雲之象也鳳凰來失尊戴之象也麒麟出亡國土之象也觀我之義禽必不義也以彼爲祥禽必不祥也

### 大和

非免狡獵狡也非民詐吏詐也慎勿怨盜賊盜賊惟我召慎勿怨叛亂叛亂稟我教不和睦焉得仇讎不有賞勸焉得鬪爭是以大人無親無疎無愛無惡是謂大和

### 海魚

海魚有吐黑水上庇其身而游者人因黑而漁之夫智者多屈辯者多辱明者多蔽勇者多死扁鵲固賊盜喜忌諱嚴敵國幸禁可以越者號也兵可以奪者符也蜀敗於山晉敗於馬夫大人之機道德仁義而已矣

### 神弓

譽人者人譽之謗人者人謗之是以君子能罪已斯罪人也不報怨斯報怨也所謂神弓鬼矢不張而發不注而中天得之以假人人得之以假天下

救物

救物而稱義者人不義之行惠而求報者人不報之民之情也讓之則多爭之則少就之則去避之則來與之則輕惜之則奪是故大義無狀大恩無象大義成不知者荷之大恩就不識者報之

書道

心不疑乎手手不疑乎筆忘手筆然後知書之道和暢非巧也淳古非朴也柔弱非美也強梁非勇也神之所浴氣之所沐是故點策

蓄血氣顧盼含情性無筆墨之跡無機智之狀無剛柔之容無馳騁之象若黃帝之道熙熙然君子之風穆穆然是故觀之者其心樂其神和其氣融其政太平其道無朕夫何故見山思靜見水思動見雲思變見石思貞人

之常也

鳳鵠

鳳不知美鵠不知惡陶唐氏不知聖有苗氏不知暴使陶唐氏恃其聖非聖也有苗氏知其暴不暴也衆人皆能寫人之形而不能寫己之形皆能求人之惡而不能求己之惡皆能知人之禍而不能知己之禍是以大人聽我聲察我色候我形伺我氣然後知人之情偽

知人

觀其文章則知其人貴賤焉觀其書篆則知其人之情性焉聞其琴瑟則知其人道德焉聞其教令則知其人之吉凶焉小人由是知唐堯之容淳淳然虞舜之容熙熙然伯禹之容蕩蕩然殷湯之容堂堂然文王之容巍巍

然武王之容諤諤然仲尼之容皇皇然則天下之人可以自知其愚與賢

螻蟻

螻蟻之有君也一拳之宮與衆處之一塊之臺與衆臨之一粒之食與衆蓄之一蟲之肉與衆師之一罪無疑與衆戮之故得心相通而後神相通神相通而後氣相通氣相通而後形相通故我病則衆病我痛則衆痛怨何由起叛何由始斯太古之化也

歌舞

能歌者不能者聽之能舞者不能者觀之巧者不巧者辯之賢者不賢者任之夫養木者必將伐之待士者必將死之網之以寇冕釣之以爵祿若馬駕車輅貴不我得蔬食糟糠肥不我有是以大人道不虛貴德不虛守貧

有所倚退有所恃退者非樂寒賤而甘委棄

躑躅

躑躅之酒烏喙之脯莨菪<sub>依蕩</sub>之膏治葛之乳初噉之若芥再噉之若黍復噉之若丸又噉之若脯小人由是知強弩可以漸引巨鼎可以漸舉水火可以漸習虎兇可以漸侶逆者我所化辱者我所與不應者我所命不臣者我所取所以信柔馬不可馭漸賊不可禦得之以爲萬化之母

止聞

止人之聞者使其聞抑人之忿者使其忿善救聞者預其聞善解忿者濟其忿是故心不可伏而伏之愈亂民不可理而理之愈怨水易動而自清民易變而自平其道也在不逆萬物之情

象符

術有降萬物之蘊毒者則交臂鉤指象之爲符是故若夭矯之勢者鱗之符若飛騰之勢者羽之符若偃蹇之勢者毛之符若拳跼之勢者介之符所以知拱折者人之符夫拱手者人必拱之折腰者人必折之禮之本也而疏之爲萬象別之爲萬態教之蹈舞非蹈舞也使之禱祝非禱祝也我既寡實彼亦多虛而責人之無情固無情也而罪禮之無驗固無驗也

善惡

爲惡者畏人識必有識者爲善者欲人知必有不知者是故人不識者謂之大惡人不知者謂之至善好行惠者恩不廣務奇特者功不大善博奕者智不遠文綺麗者名不久是

以君子惟道是貴惟德是守所以能萬世不朽

化書卷之四

化書卷之五 六同卷

別四

真人譚景昇撰

食化

七奪

一日不食則憊二日不食則病三日不食則死民事之急無甚於食而王者奪其一卿士奪其一兵吏奪其一戰伐奪其一工藝奪其一商賈奪其一道釋之族奪其一稔亦奪其一儉亦奪其一所以蠶告終而縲葛苧之衣稼云畢而飯橡櫟之實王者之刑理不平斯不平之甚也大人之道殺不義斯不義之甚也而行切切之仁用感感之禮其何以謝之哉

巫像

爲巫者鬼必附之設像者神必主之蓋樂所

饗也戎羯之禮事母而不事父禽獸之情隨母而不隨父凡人之痛呼母而不呼父蓋乳哺之教也虎狼不過於嗜肉蛟龍不過於嗜血而人無所不嗜所以不足則聞不與則叛鼓天下之怨激烈士之怨食之道非細也

養馬

養馬者主而牧之者親養子者母而乳之者親君臣非所比而比之者祿也子母非所愛而愛之者哺也驚馬本無知嬰兒本無機而知由此始機由此起所以有愛惡所以有彼此所以稔鬭爭而蓄茲詭

絲綸

王取其絲吏取其綸王取其綸吏取其縛取之不已至于欺罔欺罔不已至于鞭撻鞭撻不已至于盜竊盜竊不已至于殺害殺害不

已至于刑戮欺罔非民愛而哀歛者教之殺害非民願而鞭撻者訓之且夫火將逼而投於水知必不免且貴其緩虎將噬而投於谷知必不可或覲其生以斯爲類悲哉

### 奢僭

夫君子不肯告人以飢恥之甚也又不肯矜人以飽愧之甚也既起人之恥愧必激人之怨咎食之害也如是而金簋玉簋食之飾也鼓鐘戛石食之遊也張組設繡食之惑也窮禽竭獸食之暴也滋味厚薄食之忿也貴賤稍羸食之爭也慾之愈不止求之愈不已貧食愈不足富食愈不美所以奢僭由茲而起戰伐由茲而始能均其食者天下可以治

### 燔骨

嚼燔骨者焦唇爛舌不以爲痛飲醇酎者噦

腸嘔胃不以爲苦饑嗜者由忘於痛苦飢窘者必輕於性命痛苦可忘無所不欺性命可輕無所不爲是以王者以我慾求人之慾以我飢求人之飢我慾民必慾我怒民必怒能知其道者天下胡爲乎報

### 食迷

民有嗜食而飽死者有禁食而餓死者有感食而義死者有辱食而憤死者有爭食而鬪死者人或笑之殊不知官所以務祿祿所以務食賈所以務財財所以務食而官以矯佞讒譏而肆死者賈以波濤江海而溺死者而不知所務之端不知得死之由而遷怨於輩流歸咎於江海食之迷也

### 戰欲

食之欲也思鹽梅之狀則輒有所吐而不能

禁見盤儲之盛則若有所吞而不能遏飢思  
啖牛渴思飲海故慾之於人也如賊人之於  
慾也如戰當戰之際錦繡珠玉不足爲富冠  
冕旌旗不足爲貴金石絲竹不聞其音宮室  
臺榭不見其麗況民腹常餒民情常迫而諭  
以仁義其信乎講以刑政其可畏乎

### 膠竿

執膠竿捕黃雀黃雀從而噪之捧盤飧享鳥  
鳥爲鳥從而告之是知至暴者無所不異至  
食者無所不同故蛇豕可以友而羣虎兕可  
以狎而馴四夷可以率而賓異族猶若此況  
復人之人

### 庚辛

庚氏穴池構竹爲凭檻登之者其聲策策焉  
辛氏穴池構木爲凭檻登之者其聲堂堂焉

二氏俱牧魚於池中每凭檻投餌魚必踴躍  
而出他日但聞策策堂堂之聲不投餌亦踴  
躍而出則是庚氏之魚可名策策辛氏之魚  
可名堂堂食之化也

### 興亡

瘡者人之痛火者人之急而民喻飢謂之瘡  
比餓謂之火蓋情有所切也夫鮑魚與腐屍  
無異鯁鯁與足垢無殊而人常食之飽猶若  
是飢則可知苟其飢也無所不食苟其迫也  
無所不爲斯所以爲興亡之機

### 雀鼠

人所以惡雀鼠者謂其有數竊之行雀鼠所  
以疑人者謂其懷盜賊之心夫上以食而辱  
下下以食而欺上上不得不惡下下不得不  
疑上各有所切也夫剗其肌啖其肉不得不

哭扼其喉奪其哺不得不怒民之瘠也由剝其肌民之餒也由奪其哺嗚呼惜哉

無爲

牛可使之駕馬可使之負犬可使之守鷹可使之擊蓋食有所感也獼猴可使之舞鸚鵡可使之語鵠爲可使之死蛄蟻蟻可使之合戰蓋食有所教也魚可使之吞鈎虎可使之入陷鷹可使之觸網敵國可使之自援蓋食有所利也天地可使之交泰神明可使之掖衛高尚可使之屈折夷狄可使之安伏蓋食有所奉也故自天子至於庶人暨乎萬族皆可以食而通之我服布素則民自暖我食葵藿則民自飽善用其道者可以肩無爲之化

王者

獵食者母分乳者子全生者子觸網者母母

不知子之所累子不知母之所苦王者衣纓之費盤餽之直歲不過乎百萬而封人之土地與人之富貴百萬之百萬如呷王之肌如飲王之血樂在於下怨在於上利歸於衆咎歸於王夫不自貴天下安敢貴不自富天下安敢富

鵠爲

有智者憫鵠爲之擊腐鼠嗟螻蟻之駕斃蟲謂其爲蟲不若爲人殊不知當歉歲則爭臭億之屍值嚴圍則食父子之肉斯豺狼之所不忍爲而人爲之則其爲人不若爲蟲是知君無食必不仁臣無食必不義士無食必不禮民無食必不智萬類無食必不信是以食爲五常之本五常爲食之末苟王者能均其私能讓其食則黔黎相悅仁之至也父子相



愛義之至也飢飽相讓禮之至也進退相得  
智之至也許諾相從信之至也敬之善也在  
於食敬之不善也在於食其物甚卑其用甚  
尊其名尤細其化尤大是謂無價之貨  
化書卷之五

化書卷之六

真人譚景昇撰  
儉化

太平

夫水火常用之物用之不得其道以至于敗  
家蓋失於不簡也飲饌常食之物食之不得  
其道以至於亡身蓋失於不節也夫禮失於  
奢樂失於淫奢淫若水去不復返議欲救之  
莫過乎儉儉者均食之道也食均則仁義生  
仁義生則禮樂序禮樂序則民不怨民不怨  
則神不怒太平之業也

權衡

服絺綌者不寒而衣之布帛愈寒食藜藿者  
不飢而飯之黍稷愈飢是故我之情也不可  
不慮民之心也不可不防凡民之心見負石

者則樂於負塗見負塗者則樂於負芻飢寒  
無實狀輕重無必然蓋豐儉相形彼我相平  
我心重則民心重我務輕則民務輕能至於  
儉者可以與民爲權衡

禮道

禮貴於盛儉貴於不盛禮貴於備儉貴於不  
備禮貴於簪紱儉貴於布素禮貴於炳煥儉  
貴於寂寞富而富之愈不樂貴而貴之愈不  
美賞而賞之愈不足愛而愛之愈不敬金玉  
者富之常官爵者貴之常渴飲則甘飢食則  
香夫惟儉所以能知非

食象

覩食象者食牛不足覩戴冕者戴冠不足不  
足有所自不廉有所始是知王好奢則臣不  
足臣好奢則士不足士好奢則民不足民好

奢則天下不足夫天下之物十之王好一民亦一王好五民亦五王好十民亦十以十論之則是十家爲一家十國爲一國十天下爲一天下何不弊之有

### 民情

其夫好飲酒者其妻必貧其子好臂鷹者其家必困剩養一僕日三三甌歲計千甌以一歲計之可享千兵王者歲率是享則必告勞而聚怨病在於增不在於損王駕牛車民驕於行王居土陞民恥於平杜之於漸化之於儉所以見葛藟不足者則樂然服布素之衣見露極而食者則欣然用陶匏之器民之情也

### 慳號

世有慳號者人以爲大辱殊不知始得爲純

儉之道也於己無所與於民無所取我耕我食我蠶我衣妻子不寒婢僕不飢人不怨之神不罪之故一人知儉則一家富王者知儉則天下富

### 君民

君之於民異名而同愛君樂馳騁民亦樂之君喜聲色民亦喜之君好珠玉民亦好之君嗜滋味民亦嗜之其名則異其愛則同所以服布素者愛士之簪組服士之簪組者愛公卿之劔佩服公卿之劔佩者愛王者之旒冕是故王者居兆民所憂之地不得不慮也況金根玉輅奪其貨高臺崇榭奪其力是賈古民之怨是教民之愛所以積薪聚米一歲之計而易金換玉一日之費不得不困不得不儉

### 乳童

乳童拱手誰敢戲之豈在乎黼黻也牧豎折腰誰敢背之豈在乎刑政也有賓主之敬則雞黍可以爲大享豈在乎簫韶也有柔淑之態則荆苧可以行婦道豈在乎組繡也而土者之制設溝隍以禦之陳棨戟以衛之蓄粟帛以養之張欄檻以遠之蓋有機於民不得不藏有私於己不得不防夫能張儉之機民自不欺用儉之私我自不疑夫儉者可以爲大人之師

### 化柄

儉於聽可以養虛儉於視可以養神儉於言可以養氣儉於私可以獲富儉於公可以保貴儉於門閭可以無盜賊儉於環衛可以無叛亂儉於職官可以無姦佞儉於嬪嬙可以

保壽命儉於心可以出生死是知儉可以爲萬化之柄

### 御一

王者皆知御一可以治天下也而不知孰謂之一夫萬道皆有一仁亦有一義亦有一禮亦有一智亦有一信亦有一一能貫五五能宗一能得一者天下可以治其道蓋簡而出自簡之其言非玄而入自玄之是故終迷其要竟惑其妙所以議守一之道莫過乎儉儉之所律則仁不蕩義不亂禮不奢智不變信不惑故心有所主而用有所本而民有所賴

### 三皇

君儉則臣知足臣儉則士知足士儉則民知足民儉則天下知足天下知足所以無貪財無競名無姦蠹無欺罔無矯佞是故禮義自

生刑政自寧溝壘自平甲兵自停遊蕩自耕所以三皇之化行

### 天牧

奢者三歲之計一歲之用儉者一歲之計三歲之用至奢者猶不及至儉者尚有餘奢者富不足儉者貧有餘奢者心常貧儉者心常富奢者好親人所以多過儉者能遠人所以寡禍奢者事君必有所辱儉者事君必保其祿奢者多憂儉者多福能終其儉者可以爲天下之牧

### 雕籠

懸雕籠事王粒養黃雀黃雀終不樂垂禮樂設賞罰教生民生民終不泰夫心不可安而自安之道不可守而自守之民不可化而自化之所以儉於臺榭則民力有餘儉於寶貨

則民財有餘儉於戰伐則民時有餘不與之由與之也不取之由取之也海伯亡魚不出於海國君亡馬不出於國

### 禮要

夫禮者道出於君而君由不知事出於職而職由不明儒者棲山林敬師友窮禮樂講本末暨乎見羽葆車輅之狀鐘鼓蕭韶之作則矍然若鹿怡然若豕若醉於酒若溺於水莫知道之本莫窮禮之旨謂弓爲弧則民不知矣謂馬爲駟則民莫信矣所以數亂於多不亂於少禮惑於大不惑於小能師於儉者可以得其要

### 清靜

奢者好動儉者好靜奢者好難儉者好易奢者好繁儉者好簡奢者好逸樂儉者好恬淡

有保一器畢生無壘音問破也者有挂一裘十年  
不弊者斯人也可以親百姓可以司粟帛可  
以掌符璽可以即清靜之道

損益

夫仁不儉有不仁義不儉有不義禮不儉有  
非禮智不儉有無智信不儉有不信所以知  
儉爲五常之本五常爲儉之末夫禮者益之  
道也儉者損之道也益者損之旨損者益之  
理禮過則淫儉過則朴自古及今未有亡於  
儉者也

解惑

謙者人所尊儉者人所寶使之謙必不謙使  
之儉必不儉我謙則民自謙我儉則民自儉  
機在此不在彼柄在君不在人惡行之者惑  
是故爲之文

書卷之六

莊列十論

太學教授 李元卓 著

莊周夢蝴蝶論第一

萬物同根是非一氣奚物而爲周奚物而爲蝶認周以爲非蝶是未能忘我也執蝶以爲非周未能忘物也物我對待萬態紛紜謂彼不齊皆安情爾不知物自無物雖蝶亦非我自無我雖周亦幻況客有分也栩栩然而夢爲蝶即蝶無周遽遽然而覺爲周即周無蝶此見之所獨而物之所齊也夫覽一身而私膠萬物而執以形開之覺而爲事之實以覓交之寐而爲夢之虛不知一夕之覺夢一形之開闔是也一形之開闔一性之往來是也一化爲物戚然而惡一復爲人忻然而樂物固奚足惡人固奚足樂此特萬化而未始有

極者爾一範其形竊竊然而私之妄也必有大覺而後知大夢必有真人而後有真知夢不知覺故不以夢爲妄覺不知夢故不以覺爲真周不知蝶故不以蝶爲非蝶不知周故不以周爲是靈源湛寂觸處皆知變化代隨遇無擇而吾心未始有知焉故是篇立我之予綦以開齊物之端寓夢蝶之莊周以卒齊物之意噫舉世皆寐天下一夢也櫟社之木以夢告人元君之龜以夢求免尹氏之役夫以夢而樂鄭人之得鹿以夢而訟華以夢游帝所以夢至隨其所遇而安之者其幻而非真也何獨於此不然彼致道者以通其凝靜以集其虛誠以生其神寂以反其照將視世間得失是非貴賤成敗生死真夢幻爾奚獨於周與蝶而疑之古之真人其

寢不夢其覺無憂吾嘗因是說而知周非特為寓言

### 庖丁解牛論第二

即無物之自虛者履萬化而常通孰有物之為實者應一塗而亦泥然物本無物其體自離道無不通安所用解而謂之解牛者離心冥物而未嘗見牛乘虛順理而未嘗游刃解牛於無解乎且以刀則十九年歷陰陽之數不為不久以解則數千牛應世變之故不為不多疑若斲矣而刀乃若新發於硎者蓋執跡則瞬息已遷操本則亘古不去妙湛之體在動而非搖虛明之用入塵而非垢意者一身已患孰為能奏之刀萬物皆安孰為可解之牛有刀則能存有牛則所以立物我既融能所斯泯浮游乎萬物之祖其虛莫之礙也

故能未嘗批而大卻自離未嘗導而大窾自釋未嘗爭而同然者自因未嘗有而技經肯綮之自宜況大軀乎以是奏刀騞然而無應物之勞動刀甚微而無競物之心釋刀而對而無留物之累提刀而立而無逐物之迹其用之終又將善刀而藏之復歸於無用矣此刀之所以未嘗傷也雖然至道無在而在妙用非應而應在手應觸而觸不知手在肩應倚而倚不知肩在足應履而履不知足在膝應踦而踦不知膝在天機自張而各不自知大用無擇而感其自爾此其刀所以恢恢乎有餘地矣一將有見牛之心則有解牛之累而衛生之經亦已傷矣此良庖以其割故歲更刀族庖以其折故月更刀也是刀也非古非今時不能攝非長非短數不能圖非新非故



化不能移非厚非薄質不能定本然之剛不  
煨而堅湛然之用不淬而明此庖丁用之如  
土委地而族庖每見其難爲也以道冥之在  
解無解非礙則解亦不知在礙無礙非解則  
礙亦不立以庖丁而視族庖者解其礙也以  
族庖而視庖丁者礙其解也解礙俱遺虛而  
已矣切原莊周之意託庖丁以寓養生之主  
次養生於齊物逍遙之後夫何故物物皆適  
囿於形體之累者不能逍遙物物皆一列於  
大小之見者不能齊物以是賓賓然與物靡  
刃於膠擾之地其生鮮不傷矣惟內無我者  
故能逍遙於自得之場惟外無物者故能齊  
物於至一之域夫然體是道而游於萬物之  
間彼且烏乎礙哉故莊周以是起解牛之喻  
而文惠以是達養生焉

### 藏舟山於壑澤論第三

自物之無而觀之真常湛寂亘古而不去自  
物之有而觀之大化密移交臂而已達此者  
即其流動之境了乎不遷之宗夫然游塵可  
以合太虛秋毫可以納天地寄萬化於不化  
之有宜使負之而走將安之乎昧此者覽其  
有涯之生託乎必逝之地夫然而停燈者前  
焰非後焰比形者今吾非故吾雖使執之而  
留皆自冥冥中去矣此莊周所以有藏舟山  
於壑澤之喻夫壑與澤虛明之用所以洗造  
物之無心舟與山動止之物所以況有形之  
有體道一而已一固無方壑之與澤爲有方  
矣一固無體舟之與山爲有體矣夫一隨於  
動止而游於有方一味於虛明而囿於有體  
則一者自此而對矣有盛而衰爲之對有新

而故爲之對有生而死爲之對一則無二故  
獨往獨來而無古無今對則有耦故相形相  
傾而隨起隨滅是故以火藏火一也藏之水  
則滅以水藏水一也藏之土則湮又況以舟  
山且有體矣壑澤且有方矣擊而藏之且有  
心矣彼造物者之未始有物所以夜半得以  
負之而走也雖然不物者乃能物物不化者  
乃能化化若驟若馳曰徂於一息不留之間  
化故無常也我知之矣此特造物者愚群動  
而有心者所以妄存亡也是心存則物存是  
心亡則物亡方且藏之壑澤心之所見自以  
爲固矣不知此纖毫未嘗立俄而失之夜半  
心之所見自以爲去矣不知此纖毫未嘗動  
惟知夫大定持之者故能遊於物之所不得  
遊而皆存夫物之所不得遊而皆存之處乃

萬物之所繫一化之所待古之人藏天下於  
天下者以此夫天下者萬物之所一也而人  
者又萬物之一耳誠其得一之全故知萬化  
之未始有極者動無非我則天老終始皆所  
欲之而無所惡也與夫一犯人形而喜之者  
其樂可勝計耶古之人嘗言之矣萬物皆備  
於我反身而誠樂莫大焉是樂也昧者終日  
用之而不知旦宅爾陳人爾與物周流於造  
化之逆旅爾安得莊周藏天下於天下而論  
之

#### 顏回坐忘論第四

心非汝有孰有之哉是諸緣積習而假名耳  
身非汝有孰有之哉是百骸和合而幻生耳  
知心無心而萬物皆吾心則聰明烏用黜知  
身無身而萬象皆吾身則支體烏用墮況於

仁義乎況於禮樂乎若然動靜語默無非妙處縱橫逆順無非天游孰知其爲忘也耶不然厭擾而趣寂懼有以樂無以是爲忘則聚塊積塵皆可謂之忘矣夫回幾於聖人而未盡過於衆人而有餘順一化之自虛了物我者聖人也隨衆境而俱逝繫乎有物者衆人也子乎無物則無往而非忘繫乎有物則無時而能忘此顏回所以坐忘乎反萬物流轉之境冥一性不遷之宗靜觀世間則仁義禮樂舉皆妄名寂照靈源則支體聰明舉皆幻識忘物無物則妄名自離忘我無我則幻識自盡然仁義禮樂名不自名妄者執以爲名支體聰明識不自識幻者認以爲識知身本於無有則支體將自墮必期於墮之者未離於身見也知心本於不生則聰明將自默必

期於黜之者未離於心見也且支體聰明之尚無則仁義禮樂之安有向也作德於肝膈之上而物物皆知今也無知向也役心於眉睫之間而物物皆見今也無見茲乃坐忘乎然既已謂之忘仲尼不容於有問顏回不容於有應亦安知一毫之益亦安知一毫之損亦安知仁義禮樂之忘爲未亦安知支體聰明之墮黜爲至已乎夫即妙而觀墮者之忘車沒者之忘水人之忘道術魚之忘江湖亦忘也即廢而觀得者之忘形利者之忘真怒臂者之忘車轍攫金者之忘市人亦忘也將以彼是而此非乎道無是非將以彼真而此僞乎道無真僞顏氏之子背塵而反妙損實而集虛者爾吾知其忘猶未忘也使進此道不忘亦忘孔子所以行年六十而六十化也

又奚貴忘

季咸相壺子論第五

神之妙物者未嘗顯妙物之受妙者未嘗知妙是之謂神彼巫則誣神之言以死生存亡禍福壽夭以告人者其驗雖歲月旬日之可期似妙而非妙特若神矣既已謂之神巫而又曰季咸者以寓物之妙而有感者也且咸則有感而感則有心方且以我之有心而感入之心以我之有見而見人之見故死生存亡禍福壽夭者妄名起矣名既已妄又妄見之見既愈妄又妄言之世之滯於相而不能冥妄者又妄受之直以是爲真故棄而走也雖列子猶見之而心醉以其未能剗心也以其道之至於壺子以其未能絕學也故使人得而相汝夫壺者以空虛不毀爲體以淵深

不測爲用子則有出母之道以應世者故能託無相於有相之間季咸則有心感者故每入則皆曰見壺子則無心而應者故每至皆曰示彼無心者踐形於無形之表彼安得而相之超數於無數之先彼安得而知之季咸方且累於形數而未離見見之處直以爲死生在是而莫之逃也故始也示之以地文則歎之以其死次也示之以天壤則幸之以其生不知死本無死心滅則死生本無生心生則生形之生死心之起滅也心之起滅見之有無也至人未始有心靜而與陰同德動而與陽同波與陰同德彼亦不得而見也必示之以地文而文者物之所自雜也與陽同波彼亦不得而見也必示之以天壤而壤者物之所自生也示之以太沖遂以爲不齊焉地

文則陰勝陽天壤則陽勝陰沖則陰陽之中  
莫勝則天地之平也萬法一致本無高下彼  
見不齊焉然三者皆謂之機意其動之微而  
見之先故得而見之也示之以未始出吾宗  
則示出於無所示矣彼以實投我而此以虛  
彼以有受我而此以無彼之起心役見爲有  
盡此之離人藏天爲無盡以有盡相無盡殆  
以此季咸所以望之而走追之而滅也雖然  
壺子之告列子且曰是見吾杜德機又曰殆  
見吾善者機又曰是見吾衡氣機皆曰吾者  
猶且立我至於吾與之虛而委蛇不知其誰  
何雖吾亦喪之示之者其誰耶相之者其誰  
耶故逃也壺子之心太虛矣太虛之體空明  
妙湛總持萬有飾之以榮華而不留揮之以  
兵刃而不傷汰之以水而不濡燎之以火而

不焚一以是故爾壺子之心弔之以死受之  
而不惡慶之以生受之而不悅名之不齊受  
之而不爭彼卒自失而滅亦不以爲勝而得  
亦以是虛爾莊周方論應帝王而言此者夫  
帝王應世惟寂然不動故能感而遂通惟退  
藏於密故能吉凶與民同患一將出其宗敝  
敝然以天下爲吾患役於萬物而非所以役  
萬物使人得而相汝可乎此古之應帝王者  
所以蕩蕩乎無能名也

### 象罔得玄珠論第六

赤水之北源含陽而不流崑崙之丘體安靜  
而不撓以況性之自本者南望則交物而起  
見還歸則涉動而旋復以況性之反本者性  
天一開塵境並起既湛人僞遂迷大道玄珠  
其遺乎然性不可因人而知使之者又其誰

耶性不可有心而知索之者又其誰耶使之而非集虛也索之非默契也是三子者智窮乎所欲知目竭乎所欲見口費乎所欲言而道終弗得夫何故游塵聚塊妙道皆存瓦礫糠粃至真咸在近不間於眉睫遠不離於象先流出乎方寸之境縱橫乎日用之際追之則冥山在前而愈遠問之則大隗非遙而盡迷以其索之不得故也且性本無知而知非知也性本無見而見非見也性本無言而言非言也即知是性以知索知反爲知迷即見是性以見索見反爲見礙即言是性以言索言反爲言縛謂之象似有而非有也謂之罔似無而非無也去智而迷者靈去見而礙者微去言而縛者解此象罔所以獨得之也方其探入道之本則聖如黃帝有望乃遺愚如

象罔無心乃得及其冥大道之原則一性無性在得非聖一真無真在失非凡向也遺之黃帝亦無一毫之虧今也得之象罔亦無一毫之得亘古亘今而獨露真常大惑大靈而咸爲覺性庸詎知三子之弗得爲非而象罔之得爲是也故雖黃帝特異之

莊子遊濠梁論第七

物之所同者同乎一一之所同者同乎道道之所致無所從來生者自生而生本無生形者自形而形本無形凡流布於對象聲色之間者無不具此道我於物奚擇焉一性之分充足無餘一天之遊逍遙無累物與我咸有焉惟契物我之知者於此蓋有不期知而知其妙冥契其理默會神者先受之有不能逃遊其先者此莊子所以知魚樂於濠梁之土

也夫出而揚游而泳無滯滯之涸無網罟之患從容乎一水之中者將以是爲魚之樂乎以是爲樂齊諧且知之矣又奚待周而後知蓋魚之所樂在道而不在水周之所知在樂而不在魚惟魚忘於水故其樂全惟周忘於魚故其知一至樂無樂魚不知樂其樂真知無知周不期知而知然莊周以是契之於無物之表蓋將無言惠子嘗交於莫逆之際蓋將無問莊子於此非不能默惠子於此非不能悟以謂非問則周之言無所託非言則道之妙無以見直將祛天下後世離我與物爲兩者之蔽爾將物自有其物則周固非魚矣是安知我而知魚之爲樂也耶將我自有其我則魚固非周矣是安知我不知魚之樂也耶知與不知皆道之末此周所以請循其本

也其本未嘗不知昔人嘗言之矣眼如耳耳如鼻鼻如口無不同也在我者蓋如也視死如生視富如貧視周如魚視人如豕視我如人在物者蓋如也如則物物皆至游無非妙處奚獨濠梁之上也哉如則物物皆真樂無非天和奚獨鯈魚之樂也哉吾知夫周與魚未始有分也然則秋水之作始之以河伯北海若相矜於小大之域次之以蟲蛇蛇風相憐於有無之地又安知物之所以一則樂之所以全故周託鯈魚之樂以卒其意而至樂之說因此而作也古之明乎至樂無有者常見於其言矣曰奚樂奚惡

#### 醉者墜車論第八

執物以爲有所見者誠車矣認我以爲實所知者誠墜矣知見立而乘墜分庸詎無傷耶



彼醉者之全酒知以之泯見以之冥乘不知有車墜不知有地身不知有觸觸不知有傷凝然無所分焉且暫寄其全於酒者猶足以外死生而忘驚懼況性天之全未始離者乎天下一車爾託而乘其上者內開知見之營營外逐幻化之擾擾一將傾覆於諸妄之地非直骨節之傷驚懼之入也一開其天萬態俱入猶醒者之視車覆且得無傷乎雖然探形之始則天地與我並生原數之先則萬物與我爲一奚物而謂車奚物而謂人奚物而謂墜奚物而謂傷且心與物對則開天而人心與物冥則離人而天機械去而所循者天理也適莫融而所休者天均也行而無跡是謂天遊動而無眚是謂天機舉不足以憂之者天樂也舉不足以美之者天和也以是相

天無所助也以是事天無所役也夫是之謂全於天彼其視得失哀樂死生窮通猶醉者之墜車矣嘗原周之意以是說於注上之篇者以謂有生者必盡有盡者必生知夫生本無生故曰內觀無心外觀無身泛觀無物乃能一其性而不二養其氣而不耗合其德而不離通乎物之所造而不爲奚往而非天哉形全於天而形形者未嘗有耳全於天而聲聲者未嘗發目全於天而色色者未嘗顯口全於天而味味者未嘗呈夫是之謂全於天是篇既託之以醉者之墜車矣又次之以復讎者不折鎔耶又次之以伎心者不怨飄瓦此其何故也物自無物何心於有我自無我何心於物物我未始有分也故墜者不傷讎者不折飄者不怨一天之自虛矣然則以其



對人故謂之天一性無性況有天乎以其對開故謂之藏一天無天況有藏乎悟此然後契達生之妙趣也

古之道術論第九

昔之語道者以謂道烏乎在曰無乎不在期之以在有也耶古之人常言之矣在古無古在今無今在陰非陰在陽非陽在遠不離眉睫在近獨高象先在聚而流出萬有在散而收斂一毫道果有在哉期之以在無耶古之人常言之矣在天而天在地而地在谷滿谷在坑滿坑有在於螻蟻有在於瓦礫道果有無哉無不在無名謂之無而真無不無也有不在有名謂之有而真有不有也而在在者有無不可得而名焉昔之明在在之妙於天下者不敢以形數擬不敢以畛域倪即其巨

古今而自成入散殊而皆一者強名之曰古人之大體是猶萬水普見一月之所攝也萬竅怒號一風之所鼓也萬象森羅一氣之所積也萬物紛錯一道之所原也神明得之而降出帝王得之而生成天人得之不離於宗神人得之不離於精至人得之不離於真聖人以是而變化君子以是而慈仁以是為法名操稽之數以是為詩書禮樂之文古之人即之以為道術者非累於心也故不可謂之心術非鑿於智也故不可謂之智術非機也故不可謂之機術非技也故不可謂之技術此術者而謂之道其該徧者也惜夫大全裂於道德之一散百家諸子隨所見而自滯以謂道術有在於是也其生不歌其死不哭而墨翟禽滑釐聞其風而悅之為人太多為己

太寡而宋鉞尹文子聞其風而悅之謾釋無任而笑上賢縱脫無行而非大聖蒙駢慎倒聞其風而悅之以謙下爲表以虛空無已關尹老聃聞其風而悅之此數子者或以獨任不堪而滯道或以強聒不捨而滯道或以死生之說而滯道或以博大之域而滯道計其術之在道中猶壘空之在大澤也猶稊米之在太倉也猶小石之在太山猶毫末之在馬體也自其所見則殊而自其所造之道觀之則不知其殊也此何故一石之微與太山均於成體一米之細與太倉均於成數一壘與大澤共虛一毫與馬體皆備此百家雖裂道於多方而大體未始有離也嗚呼沒百家無大全離大全無百家非百家則不見大全非大全則百家不立其原一也終日大全而不

知大全者百姓也欲至大全而未及大全者賢人也已極大全而泯迹大全者聖人也堯舜之相授授此者也禹湯之相傳傳此者也周公之仰思思此者也仲尼之潛心潛此者也孟子之養浩養此者也伊尹之先覺覺此者也莊周之書卒於是篇深包大道之本力排百家之蔽而終以謬悠之說無津涯之辭自列於數子之末深抵其著書之跡以望天下後世孰謂周蔽於天而爲一曲之士

### 宋華子病忘論第十

宋者火所次而明陽者性常浮而動里則處而非與華則敷而離根子則又其嬰孩之時也中年則湛人偽之深病忘則還性天之暫復而謂之病者是世俗之病非迷罔之疾也故動而開天所以生智慧靜而藏天所以全

者無所用其術儒者又躡其後而唱之欲爲治之也魯者文物之地儒者仁義之術大全自此析也然彼自無疑則卦卜奚占彼自無惑則祈請奚禱彼自無疾則藥術奚攻欲愈其忘試化其心使心有知試變其慮使慮知有露之使知寒餓之使知飢幽之使知明心非一而爲物耦矣其寒而知求衣其飢而知求食其幽而知求明見非獨而有對矣鑿之七日混沌之七竅遂開除之一日世間之萬態俱起大怒而黜妻子知其有親於我而責之深也操戈而逐儒生知其有求於我而憾之切也數十年之境頓生須臾之忘安得是故存亡也得失也哀樂也好惡也向也各不知今也營營不已蓋無心則忘有心則恐是八者安知足以累心乎子貢問於孔子而怪

之以其溺於博學之辯也孔子顧謂顏回而記之以其造於坐忘之虛也然華子病忘非誠忘也方其忘則冥然而忘及其悟也則弗然而怒是將以擾擾者爲妄耶默默者爲真耶特不知忘時擾擾之境自存悟時默默之妙非遠夫何恐之有嗚乎心本無心因物則心故心亡爲忘智本無智因知而智故智微爲德微則不知忘之爲忘而忘亦忘矣古之人貴夫坐忘而遺照

莊列十論



離峯老人集卷上

七言律詩

述懷

翠巖西畔道人家門外閑田徧野花蝴蝶紛  
紛猶是夢遊蜂忽忽未忘衙雲間童子攜靈  
藥空囊仙人步彩霞閑想紅塵名利客不知  
壺內有天涯

又

漠漠青烟鎖翠微瀟瀟落葉四簷飛紅塵事  
少夢魂好碧漢雲橫星斗稀水冷霜清魚不  
食山窮木瘦樹無衣道人度日疎慵裏門外  
紛紛總是非

又

紅塵汨汨幾時休去作逍遙物外遊好水好  
山行不盡奇花奇果景何幽風來藥圃清香

細月到芝田紫艷浮閑向林泉佳處隱世間  
何事上眉頭

又

南山一望勝天平天宇浮嵐入眼清自古神  
仙多隱跡至今羽士學長生人間興廢成今  
古雲氣翻騰變晦明只有老松并怪石青青  
不改四時榮

又

達人生死莫能拘解著神機應萬殊顯即恰  
如雲綻月晦時還似蚌含珠冥冥內照靈明  
主赫赫融開造化鑪鍊就金丹無晝夜萬條  
紅焰晃冰壺

又

暑往寒來氣自然西風又是桂花天山空木  
落鳥依樹霜降水寒魚在淵物外雲朋忽相

訪洞中幽客正高眠杖藜輕觸琅玕響喚起  
華胥夢裏仙

又

不學參玄與問禪一庵瀟灑寄林泉空中天  
籟官商意物外家風道德篇一枕閑眠芳草  
畔數聲樵唱夕陽邊此身未得驂鸞去且作  
逍遙陸地仙

又

傍人笑我太風魔這箇風魔會得麼已與沙  
鷗盟蓼岸更隨山鹿上烟蘿三竿日底鶉鷃  
睡一曲人間踏踏歌歸去吾鄉安穩處看他  
平地起干戈

偶書

翩翩風袖碧雲端曾伴洪崖到洞天去馭華  
芝鸞下界來栖琪樹鶴千年紫霞吐焰龍丹

鼎明月生先單瑞蓮蒼佩一時低拂地金童  
傳下玉皇宣

烟霞亭

危亭縹緲出雲霄十二欄干眺望饒迴首塵  
寰如撮土有時天籟自吹簫遠山木末重重  
翠細柳風中萬萬條咫尺烟霞人不到蓬壺  
仙路信非遙

示人

爲佛爲仙在寸心可能塵世廢光陰蹉跎壁  
道期程遠迢遞還勞生歲月深已醉利名濃似  
酒不將神氣惜如金琴心三疊胎仙舞欲作  
玄門座右箴

因迷人索路作

六窓通達見天光徹去藩籬是大方至道有  
歸皆坦直迷人著處自彷徨程程盡是長安

路在在無非廣漠鄉博塞挾書都撥置更於  
何處覓亡羊

答人

有人向我問玄珠一點靈光照玉壺亘古亘  
今長不滅先天地幾曾無六塵堆裏存真  
宰七寶山頭弄假軀此箇家風人會得不勞  
足力駕雲興

又

悟時拂散利名塵作箇逍遙自在人閑向溪  
頭盟水鳥偶來林下睡莎茵紛紛俗事終無  
限擾擾愚人不識真只見目前生與滅那知  
壺內有長春

寄郎大師俗隱

已別經今十有年歲華易得道依然猶光晦  
跡潛真士接物隨機應世賢鄭圃生涯畦隴

外漆園意氣水雲邊百年拔宅超雲漢人世  
清名萬古傳

示張都監

莫戀浮華悟此身好將恬淡養天真眼前便  
是夢中夢覺後方知身外身壺內好栽無影  
樹洞中先得未萌春紛紛俗輩應難辨赫赫  
天光日轉新

幽居

門外清流屋上山偶來此地寄安閑書因遮  
眼有時讀名惡爲賓無恙攀脩竹種成千萬  
箇茅廬結就兩三間幽情猶有雲相友暮卷  
朝舒數往還

示小張仙

兒童笑指布袍寬上界仙衣總一般鶴唳青  
霄雲冉冉鸞鳴鳳闕月團團金童素府分瓊

屑玉女丹臺觀魄凡昨日

玉皇忙詔下已書名字上仙班

示玉溪庵主

道人脚底片雲生欲作逍遙物外行盡把黃  
塵衣上拂却將明月杖頭橫數峰平地畫圖  
起一見使人毛骨清便欲終焉謀此地儘他  
世上利和名

示石碣揚庵主

落魄誰知却丈夫人間富貴視如無居隣雲  
水安常靜委分簞瓢不强圖但得物來心似  
鏡從他人笑貌如愚虛空蕩蕩無遮障萬里  
青霄一顆珠

寄張官欲出家

丈夫臨決莫徘徊好念栖真早早來大道悟  
時須寂滅浮生識破盡塵埃亦憑假合修丹

藥暫借精神結聖胎脫了陰陽無造化先天  
一物照靈臺

寄李庵主

心地逍遙氣自和從他人世自風波玉輪欲  
見清光滿寶劍猶須利石磨斫却孽蟲閑障  
礙會看丹桂復婆娑爛然一色成金界塞滿  
乾坤不厭多

寄嵩州劉二官

蓋世功名身外事掀天富貴世間榮覺來只  
是須臾夢悟後元無寵辱驚寶月天心人共  
見驪珠海底獨增明人間上士懷仁惠正好  
將心進一程

示韓會首

力命窮通各有因不須呻訴笑聲頻恢恢天  
網疎無漏密密樞機暗有神日月虧盈皆運



數陰陽生殺豈疎親我觀造化南柯夢誰作  
遽然睡覺人

示劉姑

跳出紅塵須做徹心清意靜添決烈寶劍騰  
輝萬焰寒瓊花開滿群芳滅紫府真人下玉  
京雲車月席旌幢列手掌還丹晃太虛比時  
不用黃金屑

示木虎萬戶

功成名遂早歸山落得身安心更閑返視紅  
塵真黑夢竟無靈藥駐朱顏居連蓬島何由  
俗門寄烟蘿不用關忽有一九金彈出飛騰  
來往照人間

示夾谷都統

得失窮通任自然不須欣喜與憂煎今生富  
貴前生種見在修持過去緣廣武坡頭些子

快杜郵亭下幾多愆一還一報何年盡學我  
同修物外仙

寄張副使

莫戀浮華慾境侵蓬壺仙景轉難尋丹臺神  
鑑浮埃翳月殿靈芝野草深試問窮他無盡  
事何如悟取本來心殷勤下手三千日鍊就  
壺中一井金

示道人

學道先須泯見知衆中緘口最相宜休憑六  
六爲玄妙莫論三三做執持澄徹靈源觀隱  
與剔開慧眼認希夷深根固蒂長生術以至  
無爲無不爲

示張庵主

昔日曾聞上古仙巢居穴處到今傳民如野  
鹿那知謝上若標枝亦自然善惡兩忘遊廣

漠死生一貫泯諸緣  
祈衡剖斗知何日  
再變鴻濛作此天

示程監丞浩然

野客今逢程浩然  
幾時相伴住林泉  
功成名遂身須退  
跡晦光韜地自偏  
混沌鑑中燒大藥  
鴻濛隙內煮金丹  
成服了朝元  
去得處華陽不夜天

示衆會首

光陰有限風中燭  
身世無憑水上漚  
當念朱顏須改色  
休教白髮早臨頭  
貪中愛慾消磨盡  
妙裏希夷子細搜  
身入大方圓  
覺海太平國裏信遊遊

贈溫迪罕明道

往日聞名今日逢  
坐間忽爾起春風  
氣和面上挑花色  
神定鑑中丹藥紅  
嬰蛇綢繆歸紫

府虎龍交媾入離宮  
逍遙海上求玄訣  
路入蓬萊一線通

寄紇石烈先生

兀兀騰騰自在身  
相將談笑出紅塵  
脩程穩入三山路  
和氣融開十月春  
洛下香分梅萼破  
水南青入柳梢新  
肯來此處同修鍊  
不作勞生夢裏人

示程浩然

大覺纔知大夢休  
便乘物化恣遨遊  
神如霄漢離籠鷲  
身似江湖不繫舟  
玄理却於枯木得  
繁華都付落花流  
而今不復行藏問  
雙屐鯨掀信自由

繼人韻

雲海相逢得道人  
料應秋水作精神  
來乘白鹿遊三島  
去跨青鸞謁五真  
鼎內鍊成千歲

藥性中消盡六根塵先生已獲神仙術德不  
孤兮必有鄰

贈王大夫

鶴髮霜髯世異人肯來此處話長春好栽月  
裏枯根樹便鍊壺中無價真但得修完天地  
缺何須陶鑄執糠身蓬萊要到君須到可與  
羣仙作近鄰

示司天臺判

擾擾塵中悟一真飄蓬便作自由身青雲放  
鶴心無繫赤水藏珠道不貧壺內樓臺三島  
景洞中花木四時春青鸞白鶴翔翔處金碧  
寥陽一樣新

寄顏小仙

後生可畏我憐渠血氣方剛汝畏無暫向紛  
華留視聽便於熏鍊費工夫心如鐵石愆初

志景逼桑榆失後圖但著此心相警戒暗中  
自有聖賢扶

示李道人

清虛可鍊道心堅寂寞能熏智慧圓金玉滿  
堂終棄物丹砂一粒却延年人間貪作紛華  
夢物外那知道化緣此理若能迴首得會看  
箇裏起飛仙

勸世

浮名浮利總悠悠繫絀人心早晚休一向經  
營忘了日幾曾富貴到枯骸寶山有分空忙  
首苦海無涯強出頭性命懸絲如傀儡不知  
人戲作風流

過連昌

連昌宮闕已平沙不見乘鸞只見鴉依舊萬  
峰橫木末無窮洛水去天涯霓裳曲罷山禽

語端正樓空野草花千古繁華留不得幽棲  
今屬道人家

示史道人

區區名利古今情得亦驚來失亦驚蝴蝶夢  
中無至覺白駒隙內競浮榮銅山寵詔千年  
調金谷危樓一旦平爭似道人休歇去水邊  
林下過平生

又

遊仙枕上夢初醒竹屋風來拂面清已聽漏  
聲烟外轉更看斗尾樹梢橫塵凡消盡渾無  
跡龍虎交時自有聲放出紫毫金一粒飛騰  
上下鬼神驚

寄郭庵主

浮生忽忽葉辭柯百歲光陰已半過塵外青  
山空悵望鬢邊白髮轉添多歲云暮矣能無

感君不歸兮可奈何我與沙鷗盟已了此廼  
休更負烟波

示渠知觀

一氣寥寥出杳茫已先剖判統陰陽區分造  
化羣靈祖囊括虛无萬彙昌動處玄機酬物  
變靜來虛室發天光學人切莫尋蹤跡認取  
真空是法王

示亢官人

爲官何以學神仙真靜真清養浩然日日玉  
爐燒大藥時時金鼎鍊紅鉛蒸生瑞氣騰清  
漢種就金蓮罩紫烟功滿朝真廣寒去相隨  
同赴大羅天

寄張提控

幾年與我約林泉卻爲虛名一旦牽沙塞雖  
遙猶有志瑤池非遠尚無緣栖遲雲壑道家

事指顧英雄將士擢直待功成名遂日退身  
復證大羅仙

示嵩州蒲察知觀

玄元至道本無言恬淡清虛盡自然壺內一  
天新世界洞中三島別山川丁公未娶離宮  
汞玉蛇深藏坎戶鉛混沌等閑休鑿破免教  
鍊石補青天

示郭知觀

一瓢醴粥是生涯與道相爲友者耶靜似澄  
江浮日月動隨冥鶴去烟霞青生霜鬢星星  
髮黃吐丹田寸寸芽更待七還功了後九陽  
官裏看金華

示趙先生

澗水金山可隱居我來此地作蘧廬道鄉著  
脚程程穩世事迴頭日日疎架上塵書三兩

卷門前烟栢幾千株邇來泰定天光發一段  
靈明結寶珠

示樂經歷

寵辱於身事若何一端著處損沖和光陰迴  
首漸將少金玉滿堂誰厭多不向壺中尋日  
月空羸心上起干戈爭如早悟無生計劫外  
靈光壞得麼

又

四大身爲造化鑪五行真火鍊虛元炎炎海  
底生紅焰昧昧塵中顯太虛有相形軀終假  
合無生法性是真如靈童鑿透崑山玉價直  
連城買得無

寄張提控

白髮忽忽已滿頭紅顏忽忽暗中偷神仙有  
分須輕舉世事無涯莫苦求幻影不禁風裏

燭浮生非久水中漚功名總是何樓物謾過  
聰明人不休

示人

誰識人間自在仙飢來喫飯困來眠一庵避  
地堪容膝半紙虛名不值錢明月當空正端  
正清風爲我每周旋堂前不種閑花草自有  
琅玕翠接天

贈嵩州王押司

子細分明舉似賢道之一字屬塵緣至虛至  
寂那容叩精妙精微不許傳靜裏光明天有  
眼玄中造化火生蓮大千歷徧俱無礙一顆  
神珠處處圓

示寧海郝縣令

說與人間大丈夫人人都有夜明珠昔年愛  
欲塵深昧今日磨礱垢自無一段光明如寶

鑑十分皎潔若冰壺崑崙頂上靈泉降澆灌  
瓊花永不枯

太和贈孫提控

莫戀浮華誤此身好於靜處養天真人生到  
了成何濟世事從來欺得人積德何愁仙路  
遠忘情自是道緣親華胥夢斷陽神出化國  
同遊不夜春

遊角子山

流行坎止信閑緣角子山遊亦偶然已作浮  
萍常泛泛不妨風袖又翩翩數峰平地如圖  
畫百鳥幽林自管絃咫尺還功了畢人間  
勝處盡飛仙

示元道人

虛名終日謾區區借問流光駐得無只見浮  
雲蠅競血不知幻夢月驚鳥多生貪愛塵緣

重迤漸摧殘玉性枯說與聰明端記取身中  
惛護夜明珠

誠厨

齋厨新爨日忙忙糊口都緣臭穢囊千食一  
耕非易致百鞭匙飯已多傷惜如腦髓人間  
物不自鋤耕道舍粮忘却息心常減戒披毛  
戴角與他償

自詠

海上飄蓬四十年年來年去久脩然春風自  
遠無生地秋月長臨不夜天定起肘邊猶有  
柳景忘脚底已無蓮殷勤寄語塵中友早晚  
雲溪結此緣

又

落魄雲溪一散人小窓高卧養天真夢中既  
悟終無夢身外方知更有身寒月挂空千歲

朗韶華著物片時新爭如認取長生理無古  
無今一樣春

繼孫伯英韻

孤身到處便投棲踏碎烟霞路不迷翠鳥天  
邊誰信息白雲風外自東西玄霜搗出蟾中  
兔真火驅來日內鷄收向玄中成久視一靈  
真性與天齊

贈孫伯英

高人久已厭京華卻憶仙山卧彩霞竹杖芒  
鞋爲伴侶藥鑪經卷作生涯飢餐橡實和山  
芋渴飲松黃與石茶彼是此非都不校只知  
身屬大方家

又

應物隨機信自然自然之內隱真仙不須斷  
簡窮經論已向拈花悟祖禪心定儘他閑伎

兩神安得此好因緣箇中便是全真趣何處  
雲山覓洞天

又

學仙大抵要叢林舉動無令熟境侵名利場  
中休著脚聖賢分上好留心既從一竇成千  
仍須把微陰作寸金神氣結成無漏體烟霞  
別有好知音

又

美目脩容得幾秋忽然枯骨卧荒丘生前伎  
倆千般巧到此英雄一旦休迷後悲歡爲實  
相覺來生死若浮漚箇中靈物何嘗壞留與  
行人作悟頭

贈鄭令史

可憐鬢髮已蒼蒼牒訴堆中盡日忙世利既  
如湯沃雪筆尖剛甚蠶搖芒甘肥適口全家

樂寬債臨頭一已償顧我此言如藥石願君  
服了也心涼

贈張庫副

紅塵早晚賦歸休伴逍遙雲水遊了却一  
生容膝計勝如三載抱官囚壺中自有延年  
藥世上終無不死由異日功成超達去瑤池  
會裏列仙儔

寄王縣令

是非場上好抽身作箇無憂自在人藜杖便  
遊雲外路芒鞋不到世間塵舉頭明月堪爲  
友到處青山總是鄰卜箇小庵安穩地松窓  
高卧養天真

寄嵩山李先生

遙望東南翠萬重先生高卧此山中紛華識  
破塵緣盡微妙燕閑法眼通世上有書都拂



却目前無法可牢籠殷勤更與含靈便完取  
垂成一簣功

寄西山董道人

出家鍛鍊藉叢林切忌離群快此心試問浮  
雲惜不義何如流水覓知音曾經巧琢方成  
玉吹盡殘砂始見金見說蓬瀛多益友更休  
取次廢光陰

梁老姑告

學人莫事苦熬煎大道元來本自然真靜真  
清成運用不凋不琢就方圓五明宮内生芝  
草七寶山頭長瑞蓮折得一枝歸縹緲瑤池  
會裏薦諸仙

示王庵主

仙風只合住林泉識破塵緣覓道緣拂盡紛  
紛心上境修成默默性中玄天光發泄迷雲

散法眼開通慧月懸更把銀河顛倒捲洞中  
澆溉紫金蓮

示梅仙

天然道骨慕真修自是紅塵不得留野馬已  
知窻日短醯鷄肯向窻天遊壺中鍊得長生  
藥海上從他不繫丹更好暮天歸去後一輪  
明月碧江秋

示嵩州張倉使

要作全真門下客便攜筇杖出紅塵磨開寶  
鑑生光焰鍊就丹砂伏鬼神萬染悉除心上  
境一言喚覺夢中人迴頭返顧區區者盡爲  
聰明喪本真

題石碣庵

極目烟嵐鎖翠微道人來此便忘機眼前總  
是真清靜耳畔全無閑是非遠岫雲邊橫翡

翠細泉門外滴珠璣紅塵咫尺如天遠寂寞  
松陰晝掩扉

贈石碣趙繼先

識破浮生水上漚一塵不許到心頭有時黃  
卷拈來罷無限青山興便遊莫笑一瓢成活  
計却令千古仰風流有人來問修行法食飽  
無餘事事休

寄張倉使

此身有限莫蹉跎百歲光陰撚指過正憶黃  
金囊裏少不知白髮鬢邊多臨頭生死誰能  
免滿眼兒孫不奈何爭似聞身強健日早邀  
明月赴烟蘿

示楊會首

休言火裏長金蓮莫說家中有洞天大抵出  
家離愛慾直須絕慮造幽玄磨磚作鏡終無

假拂石成羊亦是權若到神通無礙處便教  
平地也爲仙

秋日示完顏道人

朝來白帝作霜威似與乾坤助殺機木杪不  
禁群葉下天涯更促亂鴻歸紅塵遠客愁絲  
鬢紫塞征人病鐵衣唯有仙家無箇事一杯  
饅粥掩柴扉

太清宮述懷

睡起逍遙閑放意瘦筇扶我到樓真風中紅  
紫時時落雨後琅玕日日新勝地自然生瑞  
氣蒼天不住走紅輪仙翁忘却人間世卧聽  
晨鐘恰轉身

示趙道人

收拾精神向內觀莫教窮賊外相瞞六門玄  
鑰塵根斷七返還丹道氣攢玉露降時珠顆

顆金霞飛處月團團水精樓閣真人位赤鳳  
烏龜上下蟠

張姑告

一鑪春雪下工夫鍛鍊須成顆顆珠萬道銀  
霞光錯落千般瑞彩色模糊嬰兒採得靈芝  
草姪女偷開造化鑪有箇真人閑作戲杖挑  
明月弄虛无

贈清平李道人

老大看書目不禁只宜靜處養虛心百骸和  
暢神無夢四體冲融息自深鑿破荆山搜璞  
玉撥開丹鼎覓真金我今說與神仙訣可付  
諸人惜寸陰

王副觀告

說與人間烈丈夫時人都有夜明珠昔年埋  
沒諸塵昧今日燭除片意無一段光明如素

練十分皎潔若冰壺崑崙化作靈泉液澆灌  
瓊花永不枯

贈師會首

釋氏拈花猶示現達磨面壁正遲留本來靈  
物無圓缺自是人心妄贅瘤大道忘言非有  
說谷神不死覓無由至人一得慵開口渴飲  
飢餐萬事休

贈張會首

淵默雷聲各自如箇中消息本虛無遽廬生  
死非由智土木形容不是愚數息區區閑伎  
倆餐霞屑屑淺工夫要知世外神仙訣奪取  
驪龍領下珠

五言律詩

寄洞霄宮完顏提點

寄語洞霄客天姿幸有餘善行本無跡處世

不如愚念此膏然燭輸他蚌隱珠光明休外  
現惜此養殘軀

寄郎大師

寄語西山老山居亦樂哉萬緣俱嚼蠟一念  
自寒灰去鳥情願送新詩信手裁高真多愛  
惜不放出頭來

述懷

麻衣與葛巾天地一閑人蕩蕩超三界巍巍  
出六塵洞中仙不老壺內景長春走上崑崙  
頂回頭看北辰

又

道念堅彌熟人情自遠踈清虛為活計寂淡  
養真如鉛汞烹金鼎玄霜鍊玉鑪功成歸去  
後永永住仙都

示中京賀會首

冷翠嵩峰逼幽棲澗水依人情漸踈薄道念  
益精微鸞鶴丹庭聚雲霞寶殿飛解蘭亦何  
者一去不來歸

繼雷公韻

信步入林泉蹉跎四十年月中不用指魚後  
已忘筌歲月行如此情懷亦淡然仙山未歸  
去應物且隨緣

五言絕句二十二首

世事般般了浮生事事休頓然三界外不挂  
一絲頭

大道極幽玄清虛合自然撥開三昧眼別看  
一重天

有相明無相真空混色空有無俱不染一點  
太虛中

欲作無礙身還却輪迴債剔正性中燈照破

虛空界

茅廬寄城角誰識是仙鄉地僻人行少心清  
道味長

頭頭俱是道物物總爲明未敢全相許忘言  
自太平

颼颼秋風起飄飄亂葉飛這些端的事全體  
露玄機

世外養高士塵中異俗人放開清靜眼看破  
利名塵

解脫本吾事死生非我關心如空月朗身似

野雲閑

白雪性中真百紛那得塵撥開無縫鎖跳出  
自由身

色身元有屬實性豈無根試向中間覓依然  
主宰存

伎倆都休盡聰明自到來形難鏡中遁節向  
刀邊開

愛滯凡情重心澄道味真兩全無是理一割  
正須人

大巧元如拙囊錐莫出頭一朝原免盡良犬  
汝無憂

渤海一遊遨千重雪浪高試將山餌擲若箇  
是神鰲

生者本無生死者亦非死悠悠生死中無人  
知此理

四大作神奇五行爲臭腐改換百千般翻騰  
一萬古

世情元有限大道即無邊苦悟浮生夢心如  
出水蓮

既作逍遙客須尋物外人相逢無一語目擊

道先親

紅塵不到處此地養疎慵說與同心友浮生  
總是空

功名何日盡富貴幾時休識破浮生夢還如  
水上漚

我欲拋香餌神鰲不上釣却回孤棹去月冷  
碧江秋

六言絕句二首

道本無言無說只要君心猛烈撥開萬里閑  
雲推出一輪明月

黑汞鍊成白雪赤鉛結就黃芽燈下手親分  
付深藏自己靈砂

離峰老人集卷上

離峰老人集卷下

七言絕句

偶得

寂寥雲水幾星霜  
收得神仙不死方  
二物都來十六兩  
跨將赤鳳入仙鄉

鍊心

道人方寸已寒灰  
無限塵紛境自迴  
總把乾坤爲妙用  
此身到處即蓬萊

贈移刺大師

壺中仙景本非常  
萬象森羅自發光  
清靜鍊

成無漏體冲和養  
就法中王

談人說我何時盡  
競利貪名有底愁  
若悟此身還有限  
蠅頭蝸角一時休

王道人告

口訣叮嚀舉似賢  
飢時喫飯倦時眠  
靈臺瑩

靜塵難染寶鑑無痕性自圓

寄德順州移刺答節副

功名未了心先了  
塵俗俱忘性不忘  
更著慧風吹萬籟  
真空獨現一輪光

贈門使

烟霞堆裏有知音  
名利場中少用心  
但得一枝棲宿處  
何勞苦苦覓深林

贈太一宮姜大師

靈杖剔開名利鎖  
慧刀割斷是非纒  
天然世外騎鯨客  
自是神遊不夜鄉

寄郎大師

雲溪高枕卧烟霞  
栽接長生不謝花  
可與群仙爲領袖  
已調和氣徧天涯

又

山南瑞氣騰騰長  
水北金花蕊蕊開  
時有靈

音傳好信玉虛殿上選仙材

又

淡淡烟霞淺淺山此身長在翠微間白雲空  
谷無人到贏得身心竟日閒

睢州吳道人請住庵

隱跡雲溪數載閒隨風偶爾到人間黃塵著  
脚非吾事却領白雲歸故山

示鄆陵縣劉會首

看錢虜與抱官囚擾擾塵中甚日休有數光  
陰銷易盡無涯歲月去難留

汝州寨尼院主告頌

頭頭盡是西來意物物全明祖佛心心意兩  
忘成妙用不須淨裏苦沈吟

合流鎮木夾錄判索

一衣一食莫剛求但得隨緣過便休贏得省

心兼省力更無閑事上眉頭

示西華縣李庵主

山頭滾滾湧靈泉海底炎炎結瑞蓮既濟陰  
陽丹自結水晶宮裏會諸仙

西華縣胡會首告

若悟輪迴早早迴金蓮休向火中栽縱然栽  
得根苗活到底全無一朵開

西華縣張庵主告

不戀空華與世華道人活計淡生涯興來兩  
卷閑文字困卧松軒看晚霞

西華縣賈道人告

斷鶴續龜忘分與夷山盈壑昧生緣一瓢自  
足幽人樂寸地常虛大覺仙

示陳州呂姑

道人心地冷如水不假營求道自生萬賴無



聲心奉定一輪秋月皎然明

陳州完顏舍人告

抽添間隔炎炎火既濟陰陽旋旋燒鍊就純陽神自出無生路上恣逍遙

陳州完顏姑姑告

盡日窮年無處尋得來元不費光陰靈明一點真消息爲佛爲仙是此心

陳州孫姑告

掃蕩群情事事無莫教塵土翳永靈月中一物神光現萬道紅霞罩寶珠

贈息州蒲察從宜相公

功成名遂早歸山策杖逍遙到處閑明月光中融妙用白雲深處鍊神丹

陳州完顏大哥告

剪除荆棘開心地掃蕩荒蕪種瑞蓮颯颯清

風生玉葉輝輝新月照壺天

贈陳州坐園張道人

六慾遣回身自在一塵不染性逍遙栽成火裏無根樹放出靈葩永不凋

徐姑告

功名恰似石中火富貴渾如水上漚撒手便登雲外路是非人我一時休

寄劉三仙

睢陽相別久徘徊望斷春雲不到來惜取龍泉無價劍寶光休使染塵埃

贈湖頭宋庵主

此身天地一孤蓬信意蹉跎西復東不及草庵閑打坐歸來高卧養吾慵

長平郭官人告

火風地水沒來由聚則成形散即休半紙功

名虛費力百年撈攘水中漚

合流鎮王妙堅告

一片閑心志莫移疑團打破證無爲  
月中記取全真性亘古常存幾箇知

臨潁縣王會首告

老却春光人倦遊花殘蝴蝶更添愁  
不知桂影無凋謝香滿人間甚日休

臨潁縣邵會首告

不會擒猿鎖馬顛飢來喫飯倦時眠  
冥然一枕華胥夢始覺壺中別有天

寄和典史

幾載持竿釣巨鰲鯨鯢白眼戲波濤  
絲綸收拾西歸去空渡滄溟又一遭

贈舞陽縣烏古論縣丞

神仙活計苦無多  
滌慮忘情氣自和  
欣則攜

筇尋野徑因來高枕卧烟蘿

示完顏姑姑

松窓石枕惟便睡竹徑人來尚未知  
驚覺披衣時欹坐形如槁木眼如眉

孟寨張會首告

頻拋世網復全真  
洗滌靈宮養谷神  
常要清虛無箇事  
桂花開徹月邊新

贈禹知觀

隱隱遙山鎖翠烟  
亭亭碧嶂近林泉  
鑿開混沌些兒景  
偷得壺中一點天

南陽縣組道人告

三界有牆猶恨窄  
四維無處不爲園  
黃華翠竹皆吾事  
雲即雲兮山即山

贈程庵主

手執絲綸四十秋  
但逢波浪便拋鉤  
鯨鯢不

肯吞香餌空駕虛舟獨自遊

贈木虎夫人

人生只解念彌陀自己彌陀會得麼認得本來無相祖不須身外苦奔波

贈亢官人

莫比山高與海深學人空費遠搜尋目前自有長生道凡聖皆由一寸心

贈洛陽薛會首

近水臨山鎖翠微利名著脚却忘歸此身不屬紅塵客小看白雲天外飛

移刺答道人告

道人行止莫蹉跎心鏡須憑一志磨痕垢盡時光自現不離方寸見彌陀

貴姑告

踏徧天涯覓也無得來元不用功夫百年拋

却紅塵事有箇真人駕得車

姬磨樊會首告

有相緣中無礙身古今誰解識踈親百年拋下孃生袋一箇真人駕日輪

陳州唐括提控告

世網掣開身自在凡籠跳出性尤閑携筇直入烟霞路驚起白雲滿故山

馬會首告

既爲學道好參同祕訣傳來便有功一點靈明清似水鍊成丹藥鼎中紅

陳會首告

身居苦海休言道頭戴恩山莫論禪若是兩家俱放下不須掘地去尋天

史都監告

郭外之田數畝園絲麻饅粥保殘年不圖跨

鶴乘雲去且向人間應幻緣

曹會首告

大道無言在寸心不須千里遠追尋  
宵中自有圓明鏡莫使塵埃昧得深

寄馬文卿

悟來休得廢光陰一寸光陰一寸金  
愛海波中留不住亂雲深處覓知音

宿州紇石烈問前程

于氏高門元有漸燕山丹桂豈無因  
不須若問前程事真正無私是古人

贈蕭縣宋大師

先生策杖便從容把握靈珠在掌中  
好向雲山栖隱去關窓高卧飲松風

懶窩自詠

懶漢今來住懶窩禁持意馬已蹉跎  
飯餘只

解堆灰坐更有慵人似我麼

贈高姑

誰識當場傀儡身一重皮肉一堆塵  
百年線斷無消息去了當場把戲人

示獨吉監丞夫人

四象合成癡肉塊五行結就臭骷髏  
狀同傀儡親曾看箇箇能言解點頭

贈劉姑

水晶宮裏結紅蓮證果無為大覺仙  
冉冉便登雲外路騰騰飛入紫微天

贈與屯經歷夫人

七十光陰已半過勸人進道莫蹉跎  
無常一旦臨頭逼兒女雖親替得麼

樂道人告

若論修行萬事休宵中不挂一絲頭  
寂然萬

籟無聲跡有箇靈童駕火牛

小楊姑告

道人無礙鐵心腸躍出三山混渺茫遙指白雲深處去蓬萊元是舊家鄉

贈大楊姑

五行結就臭皮囊一顆神珠裏面藏靜即心花通體瑩動時無處不輝光

徐道沖告

道人真實最相宜食飽無餘步翠微因即和衣溪上卧覺來收拾亂雲歸

仝姑告

人能清靜絕熬煎恬淡虛無養浩然腦後剔開三昧眼心中明徹自家天

門人問如何是了達

你來問我求了了世事紛紛都盡勦一輪明

月正當天萬里無雲光皎皎

示高仙

從來劣性要隄防舉動靈苗已損傷且把芒繩牢繫守待他心境兩俱忘

劉姑告

長生路上逍遙客不夜鄉中自在仙逗引靈童歸紫府調和玉女種金蓮

贈孫天和

慧刀割斷利名縲物外逍遙萬慮忘撒手便登三島路程程都是白雲鄉

又

無名窟裏毒蛇藏舉起頭來物便傷寄語行人須著意往來常切要隄防

贈尚道人

半紙虛名空似響百年短景疾如梭鬢邊白

髮新添甚臉上紅顏暗換多

贈高都監

清風古道少人行濁水淤泥抵死爭可笑一  
般愚蠢物枕糟藉麴過平生

徐道沖問道

你有真師更問誰同茶同飯幾曾離我今指  
破知端的舉念生心總是伊

贈小張仙

從來伎倆都除盡亘古靈明倒過來拾得這  
般真受用世間無處不蓬萊

展姑告

了得真源萬事無塵緣不許汚靈珠水源澄  
淨全身現雲散寥天月自孤

博志堅告

修行非易亦非難下手先除人我山鍛鍊真

空同一體自然心似白雲閑

李姑告

漠漠春烟日漸長江梅猶帶返魂香洞天先  
得真消息催逼東君造化忙

初春

臘盡春回白晝長洞天先得好風光東皇來  
約群仙會歸去碧雲衣袂香

臨穎李縣尉告

風裏微聞松桂香山堂明月冷輝光道人夜  
靜翛然坐萬籟無聲一味涼

李姑問行程

渺邈蓬壺咫尺間行人迷隔萬重關牧童不  
指襄城路黃帝猶尋大塊山

贈周姑

勢利看來冷似冰道人於世已忘情昨宵一

枕遊仙夢穩駕金鸞朝玉京

贈移剌答院

心灰冷落無烟火枯木形骸不放芽直待三陽真火降堂前鐵樹也開花

尼長老問修行

你來問我修行訣我今與你叮嚀說掃盡群陰現本真青霄挂起一輪月

又

去住逍遙信自然龜長蛇短祖師禪山頭一片清涼境始見壺中別有天

董志源告

慧刀舉處散群迷迸出銀霞萬道飛滅却陰尸多目鬼蓮花帳裏露希夷

贈會首薛六郎

先天靈物有無中動即隨機靜即空萬物之

中常作主千般運用應無窮

春遊

年老心嫌衣帶長強攜筇杖看春光滿園桃李皆相羨都道肌膚似沈郎

尉張問生死事

昔時死者何曾死今日生來有甚生生死到頭元有甚安時處順要分明

遊雲溪

衆仙邀我探春來縷縷春紅相間開悞入桃源即非夢人間何處覓蓬萊

張悟真告

壺中一粒紫金砂鍊就先生萬道霞服了不知浮世隘頃然身在大方家

周姑告

般般識破都爲夢事事諳來總是空悟得不

空安分過從他鳥兔走西東

張懷遠告

物物般般總不迷迴頭參破老禪機莫教流  
落人間世無相天真要執持

劉令史告

真清真靜逍遙客無執無持自在仙策杖便  
歸雲外去草鞋踏破洞中天

贈孫大師

惜神養氣固靈田境靜心閑道自然赫赫光  
中生瑞草炎炎火內結紅蓮

石礪玉溪庵閑遊

道人策杖看西山心似白雲到處閑一枕因  
來仙闕夢豈知身在翠微間  
忽憶逍遙物外遊便攜藜杖步林丘騰身直  
上三峰頂虛徹靈源萬慮休

昨憶仙遊到此山箇中景物共閑閑白雲出  
岫亦無意幽鳥與人皆偶還

辛先生告

道人心定寂寥居皎潔圓明似玉壺雲去雲  
來俱不礙無生無滅證無餘

劉先生告

大道虛無本自然不勞苦苦用多言但教心  
上無塵垢一點靈明光自圓

亳州太清宫陞堂

我是雲溪懶丈夫祖庭羽客強相扶無疆  
聖壽祝延外看有金鱗上釣無

太清宫棲真庵述懷

清風招我到棲真境界條然斷世塵猶有歲  
寒君子竹窻間橫影弄精神  
竹裏啾啾百鳥喧竹齋呼起日高眠將迎不



斷人如織我自宵中獨悄然

踈懶從來百不拘披襟閱看老莊書忽然讀  
到忘言處枯木形骸等太虛

西郊火老暫開顏頓覺幽庭枕筆寒萬里碧  
天清似水那堪梳月半銜山

讀忘意論

檢徧南華覓也無得來元不費功夫須知自  
有天真在一點靈明常湛如

記夢

夢中親覩聖賢來白鶴青鸞下玉臺一簣大  
還功未就瑞雲繚繞復重迴

又

寒窓寂寂枕書眠覺後檠燈尚儼然簷外月  
華明似畫風停烟靜太平年

示時官

一行作吏莫傷民百計施恩與日新入則敬  
親出則悌外全仁義內全真

張姑告

世務多般不可窮人間事事轉頭空迴頭記  
取先天物劫壞長存無始終

世上功名不可求人間富貴轉頭休爭如早  
作歸山計一片白雲天外遊

勒姑告

水南水北路交相人去人來有底忙爭似一  
庵閑打坐寸心無事自清涼

霍道人告

假軀六十過半百蒼顏已老髯鬚白擾擾紅  
塵已倦遊雲山且作烟霞客

康國寶殿試至

迢迢溪上水雲平岌岌山間道路生但得秋

風片帆至扣門一見眼增明

石碣贈石道人

欲求固象得玄珠既得玄珠事事無切莫法  
中尋有相須知無上證如如

杜鵑

青山靄靄亂雲低切切幽禽晝夜啼啼得血  
流誰解意聲聲猶道不如歸

示杜道人

綠葉陰陰障夕陽白雲片片渡秋塘道人  
解紅塵事隱跡林泉寵辱忘

贈曹道人

我愛林泉景最幽白雲深處水東流道人  
不管興亡事一片身心得自由

懷州高姑告

道人活計不憂貧冷淡家風不染塵雲散月

華明似晝迴光得見箇中人

石碣董七郎告

古道家風不可求翻騰故紙幾時休爭如撇  
下歸家去月白青霄水自流

寄田戶店曹孔月其人以水牛自稱

寄語曹家老水牛芒繩穿鼻拽迴頭時時更  
與加鞭筆白到全身得自由

全道人告

人間莫得辯癡愚辯得愚癡却是迷要識清  
虛端的理白雲深處悟希夷

嵩州李姑告

萬路千差獨往迴靈山採得寶珠來春風莫  
露閑消息箇裏雲苞尚未開  
萬水千山路不差蟾宮先得桂枝花殷勤為  
獻丹陽父許占蓬萊第一家

嵩州張姑告

悟取無言理最深不須遠走訪知音忽然放下頭頭是一片清虛冷淡心

贈嵩州獨吉太守

碧山深處白雲閑却憶雲閑偶到山鳥道暗通烟樹外木人還過翠微間

王道人告

勤磨慧劍斷愚癡吐出靈光泯見知從此身心無罣礙元君到處自相隨

郎十二先生告

萬水千山路不差山迴路轉景尤嘉故人相見無他語坐對羣峰看彩霞

贈石碣馬道人

山村寂寂近林泉春盡無人柳帶烟別後欲知何處去蓬萊閑看玉壺天

贈張仙

道人著力向前修海角天涯作盡頭踏破鐵鞋方省悟千山萬水一齊休

郟城縣賀先生告

道人真實是功夫不用丹經與子書悟得一言行不盡端然靜坐背盧都

爲唐庵主姑姑壽

劫外靈芝不假春壺中境界更無塵天邊燦燦榆長白月裏團團桂自新

王道人告

跳出紅塵身自在箇中生死轉分明縱橫無礙逍遙性何必飛騰十萬程

小李姑告

洗滌塵情事事無靈臺瑩徹似冰壺不須更問祖師意拍塞虛空一顆珠

示邊大郎

七十年來老滑頭談禪論道幾時休直饒萬  
法俱明徹不到灰心冷似秋

常姑告

尋師訪道苦參求籠絡身心不自由無限玄  
談都拂却一輪明月出山頭

贈韓會首

躍出紅塵萬事休已將身世付虛舟碧波深  
處拋香餌未信金鰲不上鉤

贈木虎都統

策杖飄蓬恣意閑雲朋來謁水雲間相逢一  
席無生話不覺紅輪西下山

趙道人告

一夕秋風萬葉凋道人活計轉寥寥煩襟洗  
盡塵勞事咫尺蓬壺路不遙

示許姑

修仙先要除人我學道須防較是非七寶山  
頭烟火滅五明宮裏證牟尼

贈張副使

身是飄飄一葉舟不辭風浪故來遊烟波深  
處拋香餌不得神鰲不肯休

又

布袍策杖飄飄去一片孤雲天地間到處不  
能爲雨露却歸林下伴青山

贈張小一郎

秋風掃蕩乾坤靜萬里無雲點太清唯有一  
輪無相月先天先地轉分明

示瀍陽馬姑

東西行脚天涯客南北求玄自在仙參得祖  
師劫外眼歸來却見自家天

示王姑

十載諸方負杖藜豈知行住自相隨却於販  
骨聰明鬼喚起先天先地師

示周道人

磊磊男兒七尺軀刀頭舐蜜卒非夫須知自  
有天然寶柱向驪龍覓領珠

寄沔池納蘭縣令

爲官公正勝爲道此語宜書仕子紳莫謁麻  
衣方外客且將良藥濟殘民

贈宋大師

不看丹經與子書快來心上一塵無此身便  
約雲爲友去住與之同卷舒

元道人告

大道虛无本自然從渠委曲且隨緣窮通貴  
賤俱由命巧拙賢愚只在天

贈中京張孔目

久戀紅塵來往頻林泉豈識有高人貪看日  
上花梢露失了壺中不夜春

王會首告

鑿開混沌見天真跳出紅塵自在人聊向鏡  
中觀物化莫教化却自家身

贈張副使

我本持竿釣巨鰲從渠風惡起波濤但教神  
物吞香餌萬里扶搖不憚勞

贈司天臺判

高人策杖扣荆扉來訪簞瓢一布衣目擊道  
存忘意論虛心而往實而歸

柴姑告

身中寂寂閑機少境上融融和氣多兩袖清  
風常左右一條紅練出烟蘿

寄張道人

已向絲綸脫此身百端香餌不相親  
長江好在無邊浪莫使風塵到錦鱗

贈趙會首

春光屈指又經秋敗骨何時是盡頭  
恩愛結成他活計此身作下馬和牛

贈偃師縣趙散人

悟時咫尺是蓬萊迷後重重不盡埃  
一點孤燈纔剔正莫教油盡暗還來

贈老史道人

壺中金碧好樓臺月裏瓊花爛熳開  
鶴唳青霄丹鳳舞彩雲深處有蓬萊

贈趙道人

靈臺一點本無塵幻出空身即法身  
道在性中休別覓隨機應物即天真

示龍窩張會首

吾家門戶幾人知知者須明造化機  
清靜之中含妙用無為之內隱玄微

全姑告

割烹誰忍能鳴及斤斧終難擁腫施  
才與不才俱是用此生木鴈復何為

田道人告

學道先須達自然自然然後得真仙  
濃粧淡抹空顛倒想爾鑽冰不得燃

示南京三相公廟冠姑

真清真靜永綿綿鍊氣先須識自然  
一粒丹砂功九轉瑞霞萬道罩金仙

示元仙

初心入道戒蹉跎正好叢林細琢磨  
莫遣新塵侵寶鑑更防舊境損天和

示梁道人

皎潔玄珠映太陽  
水晶宮裏發輝光  
身中有此無窮寶  
却爲浮生抵事忙

謝孟津

滔滔烟浪向東流  
浴日浮雲是幾秋  
若得靈槎遊大海  
扶桑國裏看瀛洲

示木匠楊仙

走遍千山與萬山  
此身猶似白雲閑  
歸來卧看青霄月  
貼耳松風徹骨寒

董知觀告

大悟纔知無做作  
玄言祕語齊拂却  
撒手東西信自然  
策杖逍遙遊廣漠

贈嵩山田道人

得到逍遙謁故人  
依然雲隱養天真  
西風吹落松梢月  
坐待扶桑輞日輪

告縣楚會首

全真門裏選仙材  
踏破雲山特地來  
吾道易行不虛語  
世緣倒過即蓬萊

詠雪

朔風凜冽亦雄哉  
吹落天花徧地開  
桃李未知天意動  
臘梅先覺化工來

偃師縣稅務李都監告

解出無涯欲浪來  
聰明端勝選仙材  
先天靈寶人難覓  
寄向南宮無影臺

示史道人

衆妙之門日日新  
家風冷淡絕纖塵  
閑招雲外長生客  
同賞壺中不謝春

自樂

風過庭松喚午眠  
覺來石鼎尚沈烟  
不求羽化乘雲鶴  
且作人間陸地仙

辭太清宮

去去西風吹道衣  
祖庭未得遂真依  
他山猿鶴閑緣了  
管領白雲容再歸

寄尚仙

冥中鬼趣時時遣  
物外玄門日日開  
墨子悲絲元自染  
楊朱泣路未歸來

李官人告

萬里烟波一葉舟  
輕帆短棹泛中流  
蟾光影裏閑垂釣  
那計鯨魚不上鉤

寄陳州道友

功成名遂好抽身  
作箇林泉自在人  
採得日寬爲大藥  
鍊成月兔現陽神

寄費莊李官人

學仙未到棄塵緣  
海嶽須埃積漸然  
更向玄門輕進步  
蓬萊別有洞中天

寄白沙道友

猿馬輕狂牢鎖閉  
休貪世樂心如醉  
悟來跳出死生關  
一靈真性無凝滯

贈李道友

仙人五畝小蓬瀛  
四面秋波分外清  
視聽不須關耳目  
希夷路上坦如平

示吳善友

人人只解念彌陀  
自已彌陀會得麼  
記取本來無相祖  
不干般若與波羅

李會首告

衆妙之門日日開  
家風峻古絕纖埃  
雖然淡薄無餘事  
不許等閑人入來

示任姑

打破疑團笑一場  
不須來往徧諸方  
胸中有物明如月  
却覓他人夜燭光



示史道人

物外玄微世上名一邊敗後一邊成從來蓬  
島洲中客不在邯鄲路上行

示陳會首

一灣流水遶雲溪晝夜泠泠說道機多少往  
來名利客貪觀風浪隔玄微

示王道人

直鉤不釣波中月數畧難撈水底雲用盡身  
心離道遠諸緣放下許傳君

寄隴西老人

遙望東南木葉飛滿空秋氣逼人衣仙翁已  
達丹霄景閑對青松吸翠微

小李姑告

出家須是學神仙好與長生作善緣但肯此  
中留一念瑤池會裏結金蓮

示劉令史

紛華塵外三山客苦海波中一葉舟試擲絲  
綸深浪裏游魚若箇肯吞鈎

示姬磨李道人

息慮忘機任自然不須訪道與參禪因循一  
片閑雲起礙却壺中不夜天

示峽石縣冀會首

夢中又說夢中事覺後纔知夢已休拂石南  
溪觀物化滔滔依舊水東流

寄陝州會首

神丹常在掌中握玄鑑只宜心上安照破世  
間虛幻境自然身似野雲閑

示玉溪庵王道人

人生何處不逍遙論甚山村與市朝但得寸  
心諸畏盡虎狼群裏也驚

示費莊夏會首

我家門戶本幽玄寂寥寥任自然脩短纖  
洪都莫話飢來喫飯倦時眠

太清宮退堂

我本桃花峰上客忽遺塵跡在人間祖庭雖  
好因緣早且放白雲歸故山

又

風馭飄飄來祖庭瑞烟芳草桂花馨因緣未  
合須迴首却入伊川卧錦幘

還長生觀

識破從來古面皮千非萬謗任從伊輕烟薄  
霧空遮障依舊遙山不皺眉

自詠

截斷當頭竅不鳴玄珠收入寶花瓶從今更  
不矜愚智閑了將軍便太平

遊老君山

飄飄風袖出山門迴首青山似老君試聽清  
泉山伴語分明說盡五千文

示雉岔山胡道人

亂山深處結茅齋萬頃雲烟撥不開採藥仙  
童風袖裏異香隨得紫芝來

示張會首

爲仙爲佛要功夫塵念塵心子細除待得靈  
明光宇宙始知糟粕世間書

蒲察提控夫人告

我愛林泉景異常天風吹散桂花香行人欲  
去還迴首笑殺浮生有底忙

蒲察夫人壽

道人亦欲祝渠壽世事冥然總不知一粒仙  
丹煩領略松齡鶴算未爲奇

贈孫太師夫人

功名未了身先老  
白髮蒼顏下手遲  
頓悟此身非我有  
真空不動片雲飛

田會首告

炳煥靈明是此心  
片言遮障作重陰  
清虛自有真消息  
莫向諸方法上尋

馬姑告

造化無窮盡自然  
不須身外更求仙  
天光發處凡情滅  
寶鑑明時道眼圓

離峰老人集卷下



道藏精華第六集之五  
文山遯叟蕭天石主編

# 樂育堂語錄

自由出版社印行



# 樂育堂語錄序

蕭天石

樂育堂語錄一書，雖爲道籍，實可視爲三教真傳之要典。乃黃元吉先生講道於四川樂育堂時，傳授道門心法，由其門弟子記載，並經核正而流傳於世之巨構。言言通大道，字字值千金！且多洩千古來丹經之所未洩，指千古來道典之所未指。本書純爲講切性命雙修之學，始之修性以立命，繼之修命以了性。終之福慧雙圓，性命合一，而證入聖登真之功。其論道概自人生日用常行處入手，既不立異爲高，亦不弄玄干譽；故說理樸實而不奧，述義精深而易明。傳絕學，極盡簡易曉暢之能，盡人可解；談工夫，極盡條理暢達之妙，盡人可行。既可由此以領悟，亦可本此以修證。深者能得其深，淺者能得其淺，無論上智下愚，皆可循此而升堂入室，誠性學之梯航，命宗之津逮也。

黃元吉先生其人，稽諸往史，係出生於元代，張三丰叙述師承時，亦曾舉列先生之名，並述其事。惟講授是書時，則適在前清道咸年間，聽道者不下數千人，或卽爲留形住世之儔歟？先生原本博學鴻儒，深究經史，兼精佛乘，乃儒釋二門中的一代巨匠。嗣以生死大事，難得了證，復遍遊天下名山，卒獲異人指授，終而入道。故其講述要旨，莫不貫通三教上乘了義，而徹見精微。其援儒入道，因佛證真，

以期三家一本之苦口婆心，處處昭然。千古丹經，不病於偏執枯滯，卽病於玄奧幽眇，不隱於龍虎鉛汞，卽遁於坎離水火；使讀者不窮畢生之精力，卽難得融會貫通；不獲明師之指點，卽難得心領神會。本書則一掃此弊，既極明白簡易，復能暢發宗風；對於行工次第，亦復程序粲然。不但爲道家登真之捷徑，且亦爲儒家入聖之坦途，釋家作佛之不二法門也。融三教於一爐，誠名山巨著也。

樂育堂語錄，成都二仙庵刻版，原爲五卷。鎮江道德分社版則爲四卷，少後一卷，泰國贊化宮、復圓堂版亦然，想係初版爲四卷，後所講者，復列爲一卷，故不稱爲五卷。香港正德公司版，則將後者合刊於四卷末，與二仙庵版同，其所據何版，則未叙明，惟四卷末漏出一段，今特據泰國版重刊補入卷五，藉成善本。

本書理事兼舉，性命雙重，外遺物象，內契造化。養性於太虛，寂心於無爲，潛神於幽眇，煉形於有作；而可達於心物交融，天人合一之境地。高逸之士，苟能用志不分，勤而修之，自可脫落凡蹊，上與道合；用其糟糠可以治世，用其玄妙可以通神，豈僅頓超聖地而已哉！當斯時也，雖天地之大，帝王之尊，亦難以易其一毫髮矣！蓋其修養所至，其精神世界與心靈世界之高曠，遠非物質世界與形體世界所得望其萬一也！故幸勿以等閒書視之是幸！

中華民國五十年辛丑仲冬月文山遜叟於石屋草堂



## 弁言

樂育堂之名。即取孟子樂得英才而教育之一語爲用。其語錄如論孟。然要皆聚徒講學。爲門弟子記載而成。原序謂其理極精深。語却明顯。步步引人入勝。修真之士。若得此以爲梯航。不難直造上乘。跋語亦云。樸實說理。暢發玄風。誠性學之梯航。命宗之津逮也。余敬讀一過。以爲凡丹經談道。如僧繇畫龍。東露一爪。西露一鱗。仙律森嚴。不能於一篇之內。盡露全相。是以修道之士。必須博覽羣籍。於每一書中。擷取其精英。融會貫通。方可窺其門徑。乃是書四卷。自始至終。直截了當。剴切詳明。實足啓發後進。喚醒塵迷。與古丹經道籍。後先發明。開其鑰。啓其扇。而要言不繁也。學者閱之。慧根者得此。自能解悟。有夙根者。解悟後自能修證。若鈍根人雖得之。亦不能解。即能解。亦不能修。故此書雖傳。仍俟諸根器之深厚者。立志積功。方可超證也。鎮江紅卍字會馬雲程會長。發心重印。願吾道同修。皆得而讀之。以爲虔修大道之基礎。去歲通函預約。因復者甚鮮而未成。今年上元節後。毅然輸資。先爲刊印。其宏道之心。如此其篤。求之今世。已如鳳毛麟角矣。書將成。囑余序言。因佩其弘毅。遂忘簡陋。而誌其端。太歲在著雍困敦孟陬月濠梁王道源頤仙甫序於鎮江道院第二副母壇光明



此書發明  
先天真象  
以繪聖繪  
影出之誠  
稀世之奇  
寶聖域之  
安梯巨航  
有終學者  
一經細心  
參悟定能  
豁然貫通  
而程序井  
然可循尤  
見特長

以後天視  
先天論今  
人視古人  
人有古人  
天有先天  
古人不作  
先天恆存

## 黃元吉先生語錄序

語錄一書。黃元吉先生於樂育堂傳授心法。原未敢輕洩之書也。今胡爲而公之於世耶。蓋以運際下元。人心奸險已極。世道沉淪愈深。不有人焉。出而講正本清源之學。大道之晦。不知伊於胡底。先生自豐城應運而來。設帳於茲。十有餘載。每於註醒心經。求心經。道德經之餘。輒與及門講究性命雙修之理。天人一貫之原。無一不闡發盡致。意欲造就人材。上爲往聖承道統。下爲後學肇心傳。又何憂至道之不明哉。雖孔孟諸書。亦賅性命之學。然隱而不發。讀者無由會悟也。惟此語錄。理極精深。語却明顯。步步引人入勝。修真之士。若得此以爲梯航。不難直造上乘。以遂吾師普度之意。每篇再三告戒。反復丁寧。足見苦口婆心。其有錄諸友之過者。非不諱也。蓋以人同此病。對勘而當思自新。其有錄諸友之善者。非自誇也。蓋以人皆可爲。返觀而自懷精進。且此語錄無所不言。亦無所不賅。言命功者。見此而得其關竅。講性學者。見此而知所操存。談因果報應者。見此而知重內輕外。修德行仁。其有裨於人心風俗。非淺鮮也。但所教弟子多人。來學早遲不一。其間請問。多同所答。遂不無重複之語。閱者須會其意。勿拘執其詞。庶有得於身心。若在筆墨字句間講究。失之遠矣。或曰。此書天機畢露。未可輕

！利躁偏  
急崇平正  
靜默溫養  
元神於淡  
定再進溫  
養虛空於  
寂定

樂育堂語錄 序

二

傳。豈知剝極必復。窮極必返。斯亦氣運之常。無足怪也。況此時不急講明。將來運轉上元。又誰爲聖賢扶道脈乎。予等纂集語錄。非好事也。不得已也。伏冀繼起有人。同闡三教大道。庶不負吾師金針盡度之意也。茲值書成。公諸天下後世。各宜珍重。勿以其易得而忽之也。是序

樂育堂弟子等頓首謹序

## 重印樂育堂語錄序

竊謂先天修煉之奧旨。肇于河圖洛書。著于陰符龍虎。明于周易卦爻。集大成于道德。黃庭。南華。文始諸經。至漢魏伯陽之參同契。而丹訣奧竅之學。燦然備舉。實得先天大道之真傳者也。嗣後鍾呂傳授。南北七真。相繼而興。皆以修煉金丹而証真。道成天上。法留人間矣。惟是時當二次收圓。苟非其人。道不虛行。故前哲所著丹經。如參同悟真等集。雖字字珠璣。句句牟尼。玄圃奇花。美不勝搜。然考其所用鉛汞。龍虎。烏兔。龜蛇。嬰兒。姤女。靈父聖母。無縫塔。無孔笛。無絃琴。種種比喻。類多藏頭露尾。隱語秘辭。其義蘊。其旨深。致使後之學者。如墮入五里霧中。而不知所適從之感。甚而至誤入旁門邪說。盲修瞎煉。因之墮落沈淪者。實繁有徒。是丹經全而丹道晦矣。豈不可惜哉。然余今讀樂育堂語錄。所述黃元吉先生之教授生徒。其所闡明丹道之玄微。則單刀直指。抉發無遺。有以別于前此丹經之所傳。雖曰時代不同。隱顯各異。蓋亦痛人心之陷溺日深。而不忍大道之不明不行也。書中所述。如本來面目。心性真詮。玄關一竅。玄牝之門。先後精氣。戊己刀圭。性命根蒂等之丹頭丹本。以至于採取抽添。葯物老嫩。烹煉文武。溫養沐

浴。由築基得藥。煉已還丹。脫胎神化之程序法則。玄功妙境。無不窮其源委。條析詳明。猶如老吏斷獄。不留餘蘊不已。實爲覺世之靈文。渡人之寶筏也。學者苟能手此一篇。深悟而力行之。以書証己。以己証書。則修性性復。了命命歸。外加功德培養。內果圓成。性命合一。由太極回無極。形神俱妙。與道合真。上應玉詔。脫凡體而証金仙。白晝飛昇矣。懿矣盛哉。是真功成名遂。大丈夫得志之時也。鎮江紅卮字會會長馬雲程先生。所以印宣此書于前。與夫余小子所以集資重印于後。以爲暮鼓晨鐘。發人深省者。蓋欲普天下之善男子善女人。同登覺岸。共出迷津。人人得道。個個成真也。是爲序。

丙 年十一月望日後學弟子一虛韓佛果序于暹京寄修所

# 樂育堂語錄卷一

舌爲神氣  
上下之司  
今上抵則  
神氣向上  
下拘則同  
下嚥津時  
活上抵方  
飽潤肺否  
則入胃走  
腸而洩

入則定其  
心出則和  
於衆

無非先天  
陽精陽氣

凡人欲學一事。必先見明道理。立定腳根。一眼看定。一手拿定。不做到極處不休。如此力量。方能了得一件事。縱不能造其巔。亦不至半途而廢。爲不足輕重之人。凡事有然。又何況性命之學哉。言及神仙。世上人人俱愛。而教之學習此道。百中難得一二。嗚呼。紅塵滾滾。孽海茫茫。有何樂處。有何美處。獨奈何人不及察。反因此而喪厥良心。不惟不能超凡入聖。且宛轉生滅。愈趨愈下。其受盡諸苦。更不堪言。吾師是以代爲之悲也。今又爲爾生幸焉。歷年辛苦。一生真誠。故有今日之遇。如精神不振。淡漠相將。今日如故。明日依然。吾恐法收之後。緣了之餘。悔亦晚矣。論自古神仙。那一個是天生就的。都由匪朝伊夕。由少而多。自微而著。積而至於鋪天匝地。亘古及今得來。故曰。釋迦不從地湧。太上不自天生。即滿空眞宰。無一不幾經折磨。幾遭屈辱。而始修成正等正覺如來金身者。又何況爾中等根器哉。又莫說年華已邁。歲月無多。恐有心學道。而無成道之期。不如聽其自然。一任造化爲轉移。隨其意之所之。全不收拾精神。整頓心力。則如無韁之馬。無索之猿。勢必狂奔妄躑而不已。是又自消前福。以貽後殃。奚可哉。吾想一切人身。萬劫難得。又況生居中國。有禮義文教之光華。又逢法

師元還虛  
而已

必領達到  
無可無不  
可之地方  
特活潑無  
滯

每坐以十  
六度爲止  
是名坐步

佛與人聖  
與凡仙與  
俗不過有  
想無想定  
與不定之  
別耳  
靜中之動  
曰功動中  
之靜曰候

會。得聞道德性命之真諦。此種因緣。即歷代仙師。亦少有如此之便易者。何也。生等但盡其誠。不待出門一步。自獲真傳。試思古來仙子。雖今日成道。神住大羅天宮。而當日遨遊九州。受盡多般苦惱。歷盡無數風霜。至於貨財之糜費。更無論焉。旁門之拐騙。且不言矣。待至積誠久而結念深。居心苦而行道難。然後仙真深憐困窮。切念勞苦。然後感而下降。始將大道玄機。一步一步傳出。俟功圓行滿。始爲一洞真仙焉。生等較前賢之遇師聞道。其難易爲何如也。且自古仙師。多有因時會不良。星辰不偶。深處艱難。無可如何。然後看破紅塵。出而訪道。如呂祖四十而遇鍾離。五十而得聞至道。張祖六十而始拋家訪道。七十而得火龍授訣。以此觀之。只怕不肯真心向道。那怕年紀之已老耶。吾道有云。凡人不怕不年輕。只怕嚮道不心誠。縱至九十一百歲。果能如法修煉。無論男子婦人。都有移星轉斗之權。起死回生之妙也。自古學道最年輕者。除文佛觀音外不多聞。非少年入道之難也。由少年奉道。多有游移兩可。二意三心。更有仗恃時光。怠於從事。不甚迫切。是以學者多而成者少也。惟爾等中年老邁之人。凡塵色相。已曾歷試其艱。世上名利。都是屢經其苦。非但世界聲華。視同嚼蠟。了無意味。且知諸般苦趣。皆藏於其中。所以道心生而人心死。人心隱而道心彰。始可了悟前因。深徹命寶。雖曰苦盡甘來。而當其誓志靡他。杳不知有修煉之苦。



坐功之所  
以陷於瘋  
狂者即將  
客塵收入  
心竅之害  
而凡火又  
助其焰耳  
鬼物能利  
用人之熱  
心使生凡  
火於似正  
非正之中  
假其功養  
彼以無思  
無慮四字  
觀之坐明  
得三昧真  
火時雖正  
念亦動不  
得一點即

是以一切造成。不待另起爐竈焉。生等果能嘗得世味苦否。道味甘否。這邊重一分。那邊輕一分。切莫似少年人塵緣未了。凡心未空。且功修未積。孽障難消。是以徒思得道而不能成丹也。生等具挺挺志氣。浩浩天衷。自然丹成指顧。雲騰足下矣。

諸子談及陽生之道。已非一端。總不外無思無慮而來。即如貞女烈婦。矢志靡他。一旦偶遇不良。寧捨生而取義。又如忠臣烈士。惟義是從。設有禍起非常。願捐軀以殉難。此真正陽生也。不然何以百折不回若是耶。由是推之。舉凡日用常行。或盡倫常孝友。或矜孤寡困窮。一切善事義舉。做到恰好至當。不無歡欣鼓舞之情。此皆陽生之候。只怕自家忽焉見得。忽焉又爲氣阻也。又怕自家知道。因而趾高氣揚。喜發於言。形動於色。洋洋詡詡。不知自收自斂。視有如無。因被氣習牽引而散矣。又或讀書誦詩。忽焉私欲盡去。一靈獨存。此亦陽生之一端也。又或朋友聚談。相契天懷。忽然陽氣飛騰。真機勃發。此亦陽生之一道也。更有琴棋書畫。漁樵耕讀。果能順其自然。本乎天性無所求亦無所欲。未有不優游自得。消遣忘情者。此皆陽生之象也。總要一動即覺。一覺即收。庶幾神無外慕。氣有餘妍。而丹藥不難於生長。胎嬰何愁不壯旺。即或不至成仙。果能持守不失。神常返於穴中。氣時歸於爐內。久久真陽自發生矣。尤要知人有陽則生。無陽則死。以此思之

是凡火爲  
害猛烈  
於此知告  
顯于四勿  
之妙用  
忠恕禮義  
時時習之  
皆可悅也  
明乎此則  
陽生有道  
矣  
養氣全在  
天然息  
自然自在  
即天然  
性靈神志  
一全歸

。縱自家鮮有功德。不能上大羅而參太虛。亦可遺俗延齡。爲世間地仙人仙焉。諸子從此悟得。方知陽即道。道即虛無自然。子思子謂道也者。不可須臾離也。其即此收斂陽光。不許一毫滲漏之說歟。諸子卓有見地。吾故以鋪天匝地。亘古歷今之真正元陽。無時無處而不有者示之。若以此示初學人。反使無路入門。將他本來色相。一片歡欣鼓舞之機。亦窒塞焉。人生天地之間。除却金丹大道。返還工夫以外。形形色色。享不盡榮華富貴。無非一幻化之具在。不知道之凡夫。第以聲色貨利爲務。謂家有贏餘。皆前世修積得好。今生受用甚隆。誰知享用多則精神消散。到頭來不惟空手歸去。而且天地與我之真。亦消歸無有。此即太上謂天地萬物盜我之元氣者。是是知榮華美景。即到帝王將相。不知修性立命。還不是日積日深。惟耗散其真元而已。而真身毫無益焉。故富貴之勞人不如貧賤之適志者此也。古云在世若不修道德。如入寶山空手回。斯言洵不誣矣。吾師往來蜀郡。見世人非役志於富貴功名。即馳情於酒色財氣。吾心甚是憐憫。獨奈何有心拔度。而彼竟不知反也。且不惟不肯受度。反嘖有煩言。謂吾道爲奇怪。噫。如此其人。吾雖有十分哀憐之意。而亦未如之何也矣。諸子思之。當今之世。人心汨沒。不大抵如斯耶。獨不思一切人身。能有幾何。轉眼光陰。就是遲暮。焉知今日富貴。轉世不貧賤乎。又焉知今日爲人。轉世不畜類乎。古云人

即令知覺  
不起而識  
根隱在元  
神已受大  
傷

縱令水源  
偶清靈覺  
雖覺而不  
能真覺依  
然隨於塵  
緣習染則  
等於源濁  
必不成果  
至善之地  
即戊士是  
也

身難得、中國難生。大道難逢。既得人身。幸生中國。又聞正法。此即無上因緣也。較諸帝王將相。忽焉而亨。忽焉而滅。轉世即不堪零落者。此其境遇不高出于萬萬倍耶。苟能由此潛修。即此不成仙作聖。而轉世再生。猶爲有根之人。斯亦幸矣。況乎今茲法會。天上格外加恩。直准一劫修成。諸子際此良緣。一個個努力前進。不怕難。不怕辭苦。惟有矢志於道德之場。潛心於功行之地。難道天上神仙。盡屬癡聾。而不見不聞者乎。只怕人不肯用心耳。莫患天仙之不默護提携也。諸子當此世道紛紛。人心昏瞶。在凡人以爲時處其艱。而在有道高人。則又以爲大幸。何也。若使境遇平常。不經磨折。不歷坎坷。還是平平度去。又孰肯回心向道。著意求玄。惟此千磨萬難。事不遂意。人不我與。方知塵世境況。都是勞人草草。無有一件好處。於是淡於名利。而潛心爲我。厭於人世。而矢志清修。縱今日不得爲仙。然仙道已歷其階。若使轉世爲人。難道天神豈肯捨爾而他求哉。所以古人云。神仙還是神仙種。那有凡夫能作仙者。此也。吾再論今日之遇。如今學道人不下千萬。然能得真常妙道。全體大用。無一不與之講明者誰乎。惟諸子從吾講學。無有一絲半點遺漏。而墮於一邊之學者。此其遇爲何如也。足見神天之愛道。獨於生不吝焉。且生自入道以來。屢遭磨勵。歷受風波。在旁觀看來學道人還不苟天之庥。反遭許多驚恐。殊不知遭一番譏謗。即進一分道德。經一

存一分渣  
神便有一  
分凡火智  
慮微動時  
即被打破

注意  
先天之真  
火凝定於  
水則爲精  
爲氣

由他自動  
不由我動  
神馳氣亦  
馳神染氣  
亦耗

番磨煉。即長一分精神。且也夙根習氣爲之一消。前賓後孽。由此一除。此正如人之染泥。經一番洗滌。而身軀爽泰矣。又如金玉藏於石中。經一番煅煉。而光始出矣。此福慧雙臻之道。不在於安常處順。而在於歷險經艱。生莫因言人肆起。而稍有退縮之志。吾觀諸子的是神仙真品。不似拖泥帶水者。又想神仙。又思富貴。兩念交雜於一心者。此吾再諭修煉之道。莫要於水火。須要水清火白。方爲先天水火。火何在。心中之性。性即火也。然性有二。有氣性。有真性。氣性不除。則真性不見。仍不免事物之應酬。一時煩惱心起。化爲凡火。熱灼一身。而真性爲之消滅焉。故煉丹者。第一在凝神。凝神無他。只是除却凡火。純是一團無思無慮。安然自在之火。凡可化凡氣而爲真氣也。諸子打坐。務將那凡火。任其消停下去。然後慢慢的凝神。如此神爲真神。心爲真火。然後神有方所。不知其地。漫無歸宿。不知其法。何以下手。此氣穴一處。所以爲歸根復命之竅也。其間一開一闔。順其自然。我之神只有主宰之而已。絕不隨其長短消息。此即凝神之法也。神凝於此。息自然調。日變月化。仙胎成就。猶赤子初得父精母血。有此一團胎息。不疾不徐。不寒不熱。而十月出胎成人矣。至於水何在。腎中之情。情即水也。然有妄情有真情。二者不明。丹必不就。苟妄情不除。則水經濫行。勢必流蕩而爲淫慾。學者欲制妄情。離不得元神返觀內照。時時檢點。自然淫

有心便無  
性有性則  
無心

眞性眞命  
入坐時作  
未生我觀  
生本無生  
死亦妄死

心虛罔妙  
神虛更貴

心邪念。一絲不起。始是眞情。倘有動時。即爲眞氣之累。我於此攝念歸眞。採取而上升下降。收回宮中土釜。煅煉一番。則大藥易得。大丹必成。此水火二者。爲生人身之本。成仙作聖之根。切勿混淆而用。不分清濁也。諸子勉之。此近時急務也。吾示明心見性之眞諦。夫先天之心即性。先天之性。即虛無元氣。要之一虛而已矣。人自有生後。氣質之拘。情欲之蔽。恩愛之纏。此心之不虛者久矣。氣爲心使。精爲神役。馳逐妄遊。消耗殆盡。此學人下手興工。所以貴凝神調息也。蓋神不凝則散。散則遊思妄想迭出。安能團聚一區。以爲煉丹之主帥。惟能凝則一。一則虛。我心之虛。即本來天賦之性。外來太空之虛。即未生虛無之性。息不調。則放。放則內而臟腑。外而肌膚。無非一團躁急之氣連行。欲其凝聚一團。而爲我造命之本。蓋亦難矣。惟能調。則平。平則和。我身之和。即我生以後受天地之命。太和一氣。即未生以前懸於天地之命。此即眞性眞命。與天地人物合而不分之性命。亦即神仙造而爲神仙之性命也。生等欲復命歸根。以臻神化之域。亦無他修。只是凝神令靜。調息令勻。勿忘勿助。不疾不徐。使心神氣息。皆入于虛極靜篤而已矣。但非造作之虛。乃自然之虛。故天地鬼神人物。同一源也。然亦非虛而無實也。惟我之神既虛。則天地清和之氣。自然相投。人之所以參天地贊化育。變化無窮。神妙莫測者。即此神息之虛。得感清空之虛之

所妙在神

辨元神真  
意真意即  
天罡

切配切蓬  
坐時前二  
度必不可  
再有智識  
之起若知  
其動雖動  
弗通若見  
有物歸於  
死戶

氣入來。此虛中所以有實也。久久凝聚。自然身心內外。有剛健中正。純粹以精之景。如此見性。方是真性發見。心何以明。惟虛則靈。靈則明。明則衆理俱備。萬事兼賅。未動則浩浩蕩蕩。無識無知。所謂內想不出。外想不入。但覺光明洞達。一理中涵。萬象咸包。斯得之矣。及觸物而動。隨感而通。遇圓則圓。隨方則方。活潑不拘。似游龍之莫測。又云靜則爲元神。動則爲真意。神與意一也。不過動靜之分焉耳。又聞古云。心無性無主。性無心無依。心所以載性。性所以統心。是知心之高明廣大。神妙無窮者。即性之量也。明得這個真心。即明性矣。但此性未在人身。盤旋清空爲元氣。既落人身爲元神。要皆虛而不有。學者下手之初。必要先將此心放得活潑潑。託諸於穆之天。遊於太虛之表。始能內伏一身之鉛汞。外盜天地之元陽。久之神自凝而息自調。只覺丹田一點神息。渾浩流轉。似有如無。我於此守之炤之。有如貓之捕鼠。兔之逢鷹。一心顧諟。不許外遊。自然外感內應。覺天地之元氣。流行於一身內外。而無有休息也。性功到此。命功自易焉。彼世之山精水怪。能化人形。命功亦云極矣。但出而觀玩。見可欲則貪。見可畏則懼。甚至做出不仁不義。無廉無恥事來。所以終遭誅戮。而莫能逃者。皆由少煉性之工耳。吾師教人。必以明心見性爲先務者。正謂此也。諸子知之。否乎。

不識不知  
我文祖之  
內功也在  
純亦不已

至理  
外來之妄  
非我本心

此節詳論  
玄關

靜於神意  
動於神機

煉心二字。是千真萬勝。總總一個法門。除此而外。皆非大道。須知生生死死。輪迴種子。皆由一念之不持。妄情幻想。做出百般怪誕出來。所以古人用功。必先牢拴意馬。緊鎖心猿。何也。蓋一念之動。即一念之生死所關。一念之息。即一念之涅槃所在。是則道之成也。豈在多乎。只須一念把持。自可造於渾渾淪淪。無思無慮之天。縱有時念起心動。亦是物感而動。非無故自動。如此動心。心無其心。雖日應萬端。亦真心也。否則心有其心。雖靜坐寂炤。亦妄心也。學人造到此境。夫豈易易。要不過由一念之操。以至於如自如。了了自了。神通造化。德配乾坤而已矣。只怕玄關一動。而慢不經心耳。果能常操常存。毋稍放逸。遇魔不退。受辱不辭。惟一心一德。將此虛靈妙體。涵養久久。自無日充月盛。而玄關現矣。夫玄關一覷。是吾人煉道丹頭。勿區區於大靜中求。孔子曰。我欲仁斯仁至矣。若必待大定大靜。然後才有。孔子又不如是便易指點。可見學人修養之時。忽然靜定。一無所知所覺。突起知覺之心。前無所思。後無所憶。乾乾淨淨。即乾元一氣之本來面目也。從此一念修持。採取烹煉。封固溫養。久久自成不測之仙。然而小定小靜。亦見天心之來復。若人事匆匆。思慮萬端。事爲煩擾。如葛之綠蔓。樹之引藤。愈起愈紛。愈紛愈亂。無有止息。爲之奈何。但能一念回光。一心了炤。如酒醉之夫。迷睡路傍。忽地一碗凉水。從頭而噴去。



守死妄則  
則守活妄  
則關閑妄  
之死活即  
吾人性命  
之死活

玄關真相

須要口對  
口妄對妄  
惟誠效我  
天祖之空  
空德定定  
慧乃惟有  
清氣明  
明光

猛然一驚而醒。始知昏昏迷迷。一場空夢。此即玄關竅也。昔南極仙翁示鶴臞子真元心體。實自玄關一竅尋來。動靜與俱。隨時皆有。但非感動無以覺耳。試有人呼子之名。子必應之。有此一應是誰。雖曰是口。然主宰其應者。是真元心體也。是一應間。直將真元心體。憑空提出與人看。真善于指點者也。是知知覺不起時。萬境皆滅。即呼即應。真元顯露。方知此心不與境俱滅。知覺紛起時。萬境皆生。一呼一應。真元剖露。方知此心不與境俱生。以此思之。知覺不起時。心自若也。知覺紛起時。心亦自若也。以其爲虛而靈也。虛則有何生滅哉。只怕雜妄縈擾。思愛牽纏。看之不空。割之不斷。斯無以爲造道之本耳。總之此竅只此息之頃。以前不是。以後不是。如人當闕寂之時。忽有人呼其名。猛然然一應。即玄關矣。一應之後。陰陽判爲兩儀。又非玄關也。玄關者。太極將兩分兩儀之時也。動不是。靜亦不是。其在靜極而動。動極而靜之間乎。所謂動靜無端。玄關亦無端。學者須善會之。

近來所傳者。都是上上乘法。生須從靜定中細心體貼。方有會悟。不然恐信手翻閱。無大滋味。不知吾單詞隻字。都從心坎中抉出。無半句誑語也。下工之始。神遊太虛。洞觀本竅。則以虛合虛。而心明性見。隨時俱在。不待真陽生也。可惜人只知養虛。不知去間虛之物。亦第知心馳於欲爲不虛。不



能自於一  
則變化之  
道成矣

道功根本  
無非誠意  
正心一息  
無誠即一  
息無功正  
如周天火  
候偶有間  
斷大丹旋  
領

最忌神氣  
不均時離  
時合

知力絕天欲。亦爲不虛。夫以多欲令人傷神。絕欲亦令人心勞。二者雖有不同。其爲心之障則一而已。顧不曰虛。而曰陽生。蓋以虛言。則恐人墮於無一邊。曰陽者。即示人虛中得實。含有圓明洞達。無限神通在內。惟能虛之極。陽乃從中而生。我即以真意採取之。烹煉之。沐浴溫養之。一如天地初開。烟雲遮蔽。眞陽一到。而融融春意。無非是一團太和。醞之釀之。以外悉化爲烏有矣。有者既化。而無者又從此生。蓋實者虛。而虛者實。要皆一陽之氣。自然造化於其中。而初無容心焉。定觀經云。得道之驗。第一宿疾齊消。身心爽快。行步如飛。顏色光耀。皆一陽之化。生生者也。但願生具一堅固耐苦心。不造其極不止。平日用功。亦要識虛字之妙。方有進步。此處得力。纔算得真力。眞實受用。他如一切榮顯。皆春花在目。浮雲障天。毫無意趣也。若不得此般至樂。斷無有不傾於勢利場者。學人造到此境。才不枉一番心志。再示生煉心之道。夫人之心。本自虛靈洞達。只因有心無心二字著之。所以不明而昏。不虛而窒也。人能存誠以立具體。隨緣以應其機。即程子所謂心普萬物而無心。情順萬物而無情是也。生能如此。即一刻中萬事應酬。俱如山中習靜一般。若不如此。即閉門靜座。亦如萬馬營中。擾攘不休。故莊子云。不制其心。心亦不得其正。強制其心。心亦不得其正。惟有存其心而不使之縱。寬其心而不使之忘。如此動靜惟一。隱顯無分矣。是豈

易得者哉。生須從此審定玄關一竅。常常採取。不失其時。進退火符。不違其制。沐浴封固。不愆其度。則神氣打成一片。真機常在目前。自然天然。一任外緣紛集。此心直與太虛同體。毫不動心焉。

吾言玄關一竅。是虛而靈者之一物。才能了生死。脫輪迴。爲億萬年不朽之法身。從此體會出來。務令乾乾淨淨。精瑩如玉。不使纖芥微塵。染而壞之。即是仙家。若有一毫染着。算不得自在無爲。逍遙快樂仙子。自此一想。不但酒色財氣。與一切富貴驕淫。一毫染着不得。卽功滿人寰。德周沙界。亦須一空。所有名立而退。功成不居。才得靈光獨耀。迴脫塵根。夫以本來物事。無形無影。不可捉摸。是色是空。難於擬議。惟養以虛無之氣。宰以虛無之神。斯虛與虛合。而大丹可成矣。他如才智聰明。所爲一切文章技藝。極奇盡變。皆是身外之物。當不得生死。抵不倒輪迴。不惟于我無干。且心繫于此物之中。神牽于此物之內。適爲我害道種子。就是立功。立德。立言。功參造化。德並乾坤。只算一點仁心。慈悲濟世。可以爲民父母。若欲卓越成仙。則猶未也。蓋以德事在外。而非關乎己之修煉。盡性立命。堪爲後世規模也。爾等得聞此訣。亦是人間第一希有之緣。孔子曰。朝聞道夕死可矣。明道之得聞。亦大幸事大快事也。何況爾等得聞訣後。吾師更加十分提撕。十分校止。其成眞作聖。有可必者。總之此訣均由天授。必其人功德有加。

修習空華  
墓行宴坐  
水月道場  
降伏魔象  
天魔證得  
夢中佛果

真我藏於  
火中則不  
見有虛

心念起不  
名為坐

見性不動  
名為禪

捨身入道  
無事不辦  
并神亦捨

扶發大道  
之真相

合神氣而

心性不改。遇魔不退。受誘不辭。一任處之維艱。總是心心在道。方許傳訣。使之聞正法眼藏。否則且却且前。私心自用。莫說神仙不許。吾師不傳。即使傳授親切。有時不免魔鬼阻滯心靈。故古仙云。此道至神至妙。憂君分薄難消。足見能消受得此訣者。皆是有道德仙根者也。爾等既聞此訣。莫看容易。皆由十餘年辛苦。歷試諸艱。在在無辭。然後得聞。且以爲其載道法器。異日可成。然後得語。爾等要想十餘年日夜繫懷。都爲此道。今幸聞正法。不加功。不前進。不惟無以對我。捫心自問。其何心哉。爲山九仞。功虧一簣。豈不可惜。爾等從此加功。不過百日之久。即可築基。而我命由我。不由神與天也。否則難矣。就說陰鷲可以延年。然亦主之在天。非我可必。又況自古神聖。斷無不死。以氣數之命。尙且難倣。何況凡民哉。爾等既聞此訣。莫大宏福。趕緊將基築成。長生可必矣。

太空之所以生生不已。直至億萬年而不滅者。非果空而不實也。中有至誠之神主宰其中。復有流行之氣。運用於外。而太空渾渾淪淪。初不知有神。亦不知有氣。并不知爲空。祇自順其氣化流行。盈虛消長。與時偕行之常。故曰。其爲物不貳。則其生物不測。夫所謂物者何。無極而太極。太極本無極也。惟其如此。所以生化不測。變化無窮。悠久無疆也。又曰。一個太空。浩浩蕩蕩。團團圓圓。分之無可分。合之無可合。寂然不動之中。具感而遂

與太空同  
游非空不  
友休也游  
也悠也久  
也

一理總其  
中真百脈  
皆通玄竅

非有元氣  
助神則神  
不能常覺  
常照還須  
認明真覺  
中之真覺

通之妙。感而遂通之際。寓寂然不動之神。故無物無感。覺性不滅。有物有感。覺性不生。夫以其生滅在物。而太空無生滅也。若太空有生滅。太空亦有斷續時也。且太空之爲空。無聲無臭。又從何而生滅哉。人亦太空之所生。何以獨有生死。而不得上同於太空乎。蓋受生之初。其主宰之神。流行之氣。原自渾淪磅礴。不識不知。嬰孩之所以日長也。迨至成人。而後知識日開。私欲日起。又以物欲之乘。情僞之感。憧憧往來。朋從爾思。是以人心之空。直爲物欲所塞。而與太空之空不相似焉。人欲成不生不滅之神。與太空同無始終。可不虛其心。恬其神。而仍持血氣流行之氣可乎。吾前云玄關一竅。實在神冥氣合。恍恍乎入於無何有之鄉。清虛玄朗之境。此時心空似水。意冷於冰。神靜如岳。氣行如泉。而初不自知也。惟其不知有神。不知有氣。并不知有空。所以與太空之空同。功修至此。動靜同夫造化。呼吸本乎氣機。皆由吾身真陰真陽合而爲一之氣。所以與天地靈陽之氣。一出一入。往來不停。以彼此混合。團成一區。空而不有。實而不著也。若使沾滯昏瞶。烏能感之而通。如此靈妙哉。諸子諸子。必須神凝氣中。氣包神外。兩者混融。了無分合。忽焉混沌沌。入於杳冥之地。斯真虛真靈。兩相和合。不啻人呼而谷傳聲。風鳴而竊作響。自然之理也。此正靜合地體之凝。動合天行之氣。其呼也。我之氣通乎天之氣。其吸也。天之氣入於我之氣。致

辨進火採藥

採之於初動之未形未象若已形已象即是後天

有藥而後行火

即道院所授純粹先天大道

提撮要訣

中和。天地位。萬物育。豈有他哉。亦求諸而已。

生問進火採藥。在後天原是兩項。不是一事。吾今細細言之。夫進火者。凝神壹志不分也。採藥。是用外呼吸之氣。一升一降。一出一入。順其自然是也。若陽動藥生之時。即將內之精神。一意凝於丹鼎。即是進火。將外之呼吸。出入升降。以包裹之。即是採藥。進火是進火。採藥是採藥。不可混而爲一也。若但用外外呼吸升降往還。而神不凝於丹鼎。則雖真機勃發。必散漫一身。而無歸宿之處。若但見陽氣勃發。以意凝注。而不用後天呼吸。以包裹之。則藥止於其所。惟以壯旺下元。冲舉腎氣而已。生等若未了然。吾再喻之。夫進火。猶鐵匠之爐。而加以柴炭也。採藥。猶鐵匠之風箱。而抽動之也。若但抽其風箱。而爐中不加以炭火。則火不雄而金不化。若但加以炭火。而手中不抽動其箱。縱有柴有炭。亦只溫溫爐內而已。安望煉成有用之物哉。生等思之。火是火。藥是藥。進是進。採是採。後天法工。原是如此。他如採大藥於無爲之內。行火候於不動之中。此是火藥合一。進採無分。生等此時工夫。尙未到此。以後陽生之時。還要自家審得歸真地步。方是有爲無爲。有作無作的實際。吾教生等。用數息之法。以收斂其心志。平居無陽之時。有此法工。可以把持自家的心。不致亂走。一到陽生藥產。須採之歸爐。神火溫養。尤須要用火無火。採藥無藥。方合天地縕緼。元氣可以生

性在覺照  
命在胎息

生不已。化化無窮者焉。至於一陽初動。用提掇之法。此是生等邇時之工。亦不外內之神思聚而不散。外之氣息調其自然而已耳。生每打坐時。覺有躁氣沖動。不安之意。此不是意思打緊。即是自己色身上陰氣凝滯。法當用呼吸之凡火。真人之元火。以溫養之。使之自化而後可。何謂真人元火。古云耳目口三寶。閉塞勿發通。真人潛深淵。浮游守規中。此即真人元火。用而不用者也。生等向其自家身心上體認到恰好處。行持到極當時。自無此躁氣焉。不然。或陽氣太旺。將用河車之際。亦有此氣息沖沖之狀。然其神氣自若。而心無他也。若是心安氣和。又當運用河車行小周天之法工。生其自審度可也。

虛實皆妄

三寶結丹  
全在定力  
之充不充  
則前凝後  
散由散而  
道於空亡  
不可救已

人生天地。不將自家性命修成。終爲陰陽鼓鑄。天地陶鎔。莫說旋轉乾坤。挽回造化。勢有不能。即此一身一心。俱被鬼神拘滯。無以瀟灑自如。夫人得天地之氣。爲萬物之靈。堂堂七尺軀。不能作一主張。常爲氣化所移。豈不大可慟哉。吾是以大聲疾呼。喚斯人夢中之夢。俾之自修性命。獨闢乾坤以立天外之天。不受苦中之苦。豈不樂乎。無如世道日非。人心日下。各皆安於塵垢之污。以苦爲樂。以死爲生。而不肯打破愁城。跳出苦海者。隨在皆然。真可憂也。更有以吾提撕之言。喚醒之意。爲惑世誣民之說。噫是誠愚也。夫天地古今。祇此身心性命一理氣之所維持耳。獨奈何迷而不悟者多

是故至誠  
貴乎不息

心息隨順  
如夫婦並  
肩不戾不  
徐不前不  
後同行同  
住

辨真息與  
神凡息凡  
火  
淡淡息息  
自始至終  
全在中和

也。良可概矣。近日諸子用功。修煉第一。要調得外呼吸均勻。無過不及。一任出立入牝。如如自如。可開則開。可閉則閉。爲粗爲細。畧加收斂調協之意足矣。切勿氣粗而按之至細。氣浮而按之使斂。致令有形凡火。燒灼一身精血可也。生須認真此火。或文或武。或沐浴。或溫養。雖火有不同。要無不是先天神火。斷無有後天凡息。一出一入。往來迭運。而可以成丹也。故曰。調息須調真息。煉神須煉不神神。無息之息。方爲真息。不神之神。斯爲至神。學者。調息凝神之際。務要尋得真息。認得真神。斯可渾合爲一。否則有形之息。皆凡火也。真火生神。凡火傷身。真神可作主張。凡神騷擾不寧。何謂真息。即丹田中悠悠揚揚。旋轉不已者是。何謂真神。即無思無慮之中。忽焉而有知覺。此爲真神。修煉家欲採元氣以化凡精。欲升真鉛以制陰汞。使之返還乾性。仍成不思不慮之元神。非採先天元息不能。夫元息在丹田。若有若無。不寒不暖。如火種者然。外不見有焰。內不知有火。只覺暖氣融融。薰蒸在抱。斯無形之神火。自能變化無窮。神妙莫測。否則有形之火。氣勢炎炎。未有不忽焉而起。忽焉而滅。其爲身心性命之害。不可勝言。修行人以無形之真火爲用。而外面呼吸有形之火。非謂全法不用。不過如鐵匠之風扇。吹噓於外。週遭包裹。以衛中間神息而已。吾恐諸子未明用火之道。故將呼吸有形之凡火。與先天無形之真火。相提並論。庶以免



凡火真火  
辨析入微

務要真中  
辨真清中  
辨清得其  
至清至真  
不老不嫩  
方可易修  
易成

真宗靜照  
於北海真  
鉛安返於  
磨山交會  
於黃庭

妄採妄煉。然外邊呼吸凡火。與丹田中悠揚活潑神火。未必劃然二物。猶燭照之火。非無成形。後天之火。丹田外之呼吸是也。燭未燃之時。油中亦自有火。此即先天之神火。未經燃點者。採此神火。可以千萬年不朽。若採凡火。頃刻而即消滅。此可觀其微矣。願諸子閒時打坐。用此有形之火。祛逐一身風寒暑濕。復用此無形之火。煅煉此身之渣滓陰霾。而金丹可成矣。

諸子近日靜養。無非從色身上尋出真性出來。第一要做一次。見一次之功效。長一番之精神。法身涵養。久久始足昭高明廣大之天。若真機初到。遽行下榻。則真氣未充。真神未壯。安能盪開雲霧。獨見青天。從今後不坐則已。一坐必要將真神元氣。收得十分完足。自然真機在抱。不須守而自存。不費力而自在。俗云。久坐必有禪。洵不誣也。又三丰云。大凡打坐。去欲存理。務云一槍下馬。免得另來打戰。此等語。非過來人不能知也。吾師教諸子靜坐。始雖有思有爲。終歸大靜大定。如此打坐。可以三五日不散。否則忽焉而得。忽焉又失。如此行持。一任千百次。坐有何益哉。望諸子耐心久坐。不起一煩惱心。庶幾深造以道。此爲近日切要。不似初入門時。但教之尋真機焉。願人不肯耐煩就榻者。其故有二。一由於未坐之時。未曾將日間所應當應酬之事。如何區處。如何分付後人。一一想透。故上榻時。此心即爲



識神牽引  
真機

明示本來  
物只是清  
虛恬淡無  
作無爲

每次坐至  
十六度以  
後不可再  
食功因一  
身生氣有  
限若坐至  
而尚令  
休息則連  
根皆喪是  
自取滅亡  
也

塵情牽罣。坐不終局也。非惟不能終局。且一段真機。反爲思慮識神牽引而去者多矣。諸子打坐之初。務於當行之事。一一想過安頓妥貼。然後就坐。庶一心一德。不致於中攪擾焉。一則由於知升而不知降。知進而不知退。知存而不知亡。知得而不知失。是以攝提坎宮真氣。上冲泥丸。神因之而外洩。不知低頭下盼。收斂神光於丹鼎。是以忙了又忙。慌了又慌。未到如自如。了了自了。而即欲下榻也。且道本無物。修原無爲。忽見真氣冲冲。元神躍躍。不知此氣機自然運動。於本來物事無相關涉。却死死執着這個消息。常存不放。因之惹動後天之凡息。不能平靜。擾亂先天元神。無以主持。又以坐未十分如意。而遽行下榻也。究之未下榻時。覺得吾身世忙。有如救火追亡。一刻難緩。卽至下榻。又却無一急切之事。皆由識神爲主。而元神不能坐鎮故耳。吾勸諸子。須於不關緊要之事。一概丟開。先行自勸自勉。看這些塵情。都是虛假文章。不堪留戀。惟此先天大道。乃是我終身所倚靠者。生與之來。死與之俱。真有不客一刻稍寬者。况桑榆已晚。日月無多。若再因循後悔。其何及乎。趁茲法會宏開。心傳自有。敢不爭着祖鞭。寸陰是惜。如此看破。無罣無慮。于是安心就坐。向水府求玄。升提陽氣。將眼耳目口鼻一切神光。會萃中宮。不令一絲外入外出。蘊蓄久久。自煥發焉。尤要知道本無物。至此躍躍欲出。皆是氣機發洩于外。吾道貴收斂。不貴發洩

。此處尤須防閑。毋許後天識神擾動。庶可安坐榻上。切記切記。

今之稱道學先生者。莫不記得先賢語錄。古聖經文。遂高談性命。羣推理學之儒。而問性命之在身心。究是如何光景。如何模樣。未有不昨舌而不能道者。又況既無下學。則基址無本。到頭來書是書。人是人。所述皆其唾餘。而微言大義。一毫不能有於身心。雖高談闊論。一若博大通儒。而施之於日用爲事。無有半點如人意者。此無本之學。不足道也。吾師望諸子爲吾傳道最深切矣。至於命功雖不一等。顧其要領。總不外一雙眼目。夫人一身之中。雖是神氣爲之運用。要不若兩目之神光。炯炯不昧。惺惺長存。故昔人謂一身皆是陰。惟有目光猶屬陽。須常常收攝。微微下照。則精氣神自會合一。家。到得丹田氣壯。直上泥丸。遍九宮。注黃庭。自然陰氣消盡。而陽氣常存。猶之太空日照。雲露自消歸無有。諸子近時用工。不可專顧下田。雖下田氣壯。自能昇至泥丸。消錄上田渣滓。若神氣猶懦。未至圓明。須久久顧。諝。不妨以真心發真意。回顧下田。則泥丸陰氣。被陽氣一照。自然悉化。而頭目不至昏暈也。故古人謂頂上圓光者此也。又觀繪畫之工。塑一泥木神像。必畫一圓光於上者。就是此神光也。所謂毫光照徹世界。炤開地獄者。就是此元神之光。若單守下田。則神光一時不能自整。未免多昏沉散亂。其昏沉散亂者。即真陽不上升。真陰不下降之故。今欲升降得宜。不可過急。

目一秒息  
而功候即  
有三萬八  
千四百之  
轉輪夫豈  
易言哉

回顧上田  
不着不礙  
寂照於上  
田化成虛  
空大境

性與神交  
靈與氣交  
氣與氣交  
交而後有  
寔非有寔  
而後交

無相光中  
常自在

始終離不  
轉○

無爲雄眞

亦不可太緩。比如半夜。忽然陽生。此是一派寒冬。忽有陽氣生於地下深深之處。若不提攝陽氣。轉眼之間。又昏睡不知矣。爾等此時起立。即依吾前法修持。尤要知稍用意思。將神氣攝之至上。庶幾天清地朗。霎時間即三陽開泰。樂不可及矣。不但此也。平日守中。若神氣沉於海底。頭目昏暈。亦不妨提攝而上。夫立工別無妙法。只在升降上下往來運度而已。亦非教諸子專用神氣升散於外。而不收斂也。夫以神氣不運於周身。則周身陰氣不化。無非死肉一團。終是無用。且日積一日。不免疾病糾纏。故吾教修命。是教人以水火周身運動。使血肉之軀。化爲活活潑潑。隨心所用。無有阻礙。到得一身毛竅晶瑩。肌膚細膩得矣。又不可貪神氣之周於一身。蘇軟快樂。流蕩忘返。還要收之回宮。不准外洩。却不要死死執著一個穴道。認爲黃庭。須知收之至極處。無非與太虛同體。渾不知其所在。時而動也。亦與電光同用。一動即覺。一覺即滅。前無所來。後無所去。仍一杳冥光景。還于無極焉耳。工夫至此。身外有身。若未到此。不過有相之靈神。未可以云仙也。吾喜生自幼至老。皆知從日用事。積功累行修起。但以前省察存養。似稍疎虞。未能十分著緊。今茲用工已深。吾師特來指點。自下等初迹。尋出上上妙諦出來。庶幾近道矣。

諸子聞吾道之真。須切切提撕。時時喚醒。俾此心常在。此性常存。於以造

辨之執之  
則慧性不  
明

孔子曰執  
德不弘信  
道不篤焉  
能爲有焉  
能爲無是  
知有乃真  
精之發動  
無即渾然  
太空也  
以神守安  
以氣運息  
守安欲安  
而正息安  
欲出而靜  
不堅不正  
則神動搖

之深深。習之熟熟。以幾乎天然自然之境。然後無歉於爲人。亦隨在可對乎天。纔算大丈夫功成道立之候。不然。一念不持。遂成墮落。不知不覺。墜入六道三塗。欲出苦海頹波。斯亦難矣。吾示諸子。欲求色身久固。離不得保精裕氣。築固基址。然後可得人世大年。欲求法身悠遠。又離不得煉神還虛。煉虛合道。然後可證神仙之果。二者不容或缺也。若未能了道。須固色身以明道。既以明道。須煉法身以承道。近時吾不責以煉虛合道之功。但責以保精裕氣之學。果能久久積累。而法身自可成焉。諸子起初。吾每教之積功累行者。非謂功自功。而道自道也。蓋以功行廣積。陰隲多修。無非保其固有天良。仁慈本面。不使有絲毫塵垢夾雜於中。庶雜念邪私。消鎔盡淨。而一元清淨之氣。常在我矣。不然雜妄未除。即使成仙。亦是頑仙。參不得大羅天闕。上不得逍遙宮中。孔子曰。修身以道。修道以仁。子思子曰。苟不至德。至道不凝。是知人有一分德。即有一分道。有十分德。即有十分道。若無其德。至道不凝也。是煉道者。煉此仁慈而已矣。至於貨財。實屬身外之物。毫無補於性天。然而當今之世。因有其身不可無財。因爲其財遂壞其心。於此而能割得愛。則凡事之能割得愛可知矣。人果能割得一切愛。此心已寂然無聲。渾然無物。於此煉之。則基可以築。道可以成。而不至另起爐竈也。又況人生曠劫。誰無怨尤。能積功行。則斷障消魔。怨尤自化。而大丹可

散漫而無  
方所神無  
方所不能  
下達患發  
不虛不靜  
則靈昏昧  
障蔽而無  
由運絃無  
由運何以  
上通

成矣。且財也者。不但庸衆借以肥身家。即鬼神亦借以定賞罰。我能廣布金錢。大施拯濟。或爲超度。或爲拯提。又或扶持大道。救正人心。則天地鬼神。亦必愛之慕之。竊羨其心之至仁。而於是助之成仙。以爲鬼神之羽翼。天地之參贊焉。由此觀之。天地鬼神亦賴我矣。寧不百般保護者乎。若塵根未除。私恩難割。在世只知名利。不能拔俗超羣。及其爲仙。享不盡清閒之福。受不盡明煙之享。一旦大劫頽臨。還肯捨身以救世。下界以爲民哉。無是理也。此神仙鑒察。所以必於貨財上驗操修。分真僞耳。語云。寶道德如金玉。視錢財若糞土。斯難其人矣。要之天無心。以人之心爲心。神無念。以人之念爲念。人能事事在公道上做。則神天亦必以公道報之。否則私心必無好報也。生等切勿厭惡焉。

生學立道。已經數十餘年。然而基猶未築者。其故何哉。良由修煉無序。作爲不真。以行火採藥。不得真實把柄耳。若知吾道之真。採取有時。配合有候。烹煉溫養如法。何遲至于今而不成耶。今雖年華已老。而精神還健。堪爲吾門嗣道之人。第念生家務零落。不能以財作善。須知自古仙師。收取人才。第一以財字試他。看他能把此迷途打得破否。於此看得穿。以下嗜好之私。不難一一掃除。且人非聖賢。孰無冤怨。能於財上施捨。廣積勸修。則天魔地魔。人魔鬼魔。亦不難回瞋作喜。釋怨成祥。此財上消魔斷障之一法。

坐功尤重  
在通達字  
莊子解得  
最妙即忘  
足忘腰忘  
是非之說  
也

採藥升降  
等一切細  
密工法均  
全體元神  
作主不得  
參加一意  
於其間

。若以責之於生。勢有不能。夫視聽言動。日用百端之感。其爲善事猶多。只怕不細心檢點。眞實奉行。苟能一心皈命。則在在處處。善舉之大而且久者。較之人天小果。高出萬萬倍也。學道人要知不用財。不費力之善舉。無論行住坐臥。到處俱有。總要時時省察。不許一念游移。不令一事經過。如此善事多而良心現。大道斯有其基矣。否則徒修命寶。不先從心地上打掃。是猶炊沙而欲成飯。其可得耶。所以古仙云。玉液煉已了性。然後金液煉形以了命。何謂玉煉。即修性是也。學道人。必先從事事物物細微上做工夫。由此外身既修。然後言意誠心正之學。到得私欲盡淨。天理流行。則煉已熟而丹基可成。不然煉丹無本。其將何以爲藥耶。悟眞云。鼎內若無眞種子。猶將水火煮空鑪。生屬知道之士。吾言然耶。否耶。既將心地養得圓明自在。然後行一時半刻之工。臨爐採藥之事。于是抽鉛則鉛有可抽。添汞則汞實可添。行周天火候。用沐浴溫養。則基可築成。永作人仙。再加面壁之功。而天仙神仙。不難從此漸造矣。吾看生學道有年。其所以丹基未固。一由心地上未能掃却塵氛。不免和沙拌土。難成一道金光。一由只知採取外丹。不知烹煉神丹。故一日一夜。間斷時多。不能常常封固爐鼎。是以有散失之患。吾今示生一步。古云。凝神於虛。合氣于漠。此個虛無窟子。古人謂不在身中。又却離不得身中。此即太上所謂谷神不死。是謂玄牝。此個玄牝門。

息息要訣  
始終全是  
神氣相依

息乎母勞  
息乎母滑  
息乎母搖  
息乎若與

何者爲候  
時至而動

不先修煉。則不見象。必要呼吸息斷。元息始行。久久溫養。則玄牝出入。外  
接天根。內接地軸。綿綿密密。于臍腹之間一竅開時。而周身毛竅。無處不  
開。此即所謂胎息。即赤子未離母腹。與母同呼吸之氣一般。生能會得此竅  
。較從前煉口鼻之氣。大有不同。生自今後。須從口鼻之氣。微微收斂。斂  
而至于氣息若無。然後玄牝門開。元息見焉。此點元息。即人生之本能。從  
此採取。庶得真精真氣真神。生年華已老。得聞妙諦。須日夜行工。如佛祖  
之不見如來。不肯起身。直于座下立見青天。斯用功工猛烈。而功可成矣。  
非有一片誠心。吾亦不敢私授。尙其改圖焉可。

此時秋氣初到。而燄陽天氣。仍無殊於三伏之期。其故何也。良由陽氣未能  
盡洩。至於夏秋交際。不得不洩其餘烈。而後秋涼可入也。至人有傲天之學。  
於殘暑將退時。一心收斂。毫無一物介於胸懷。任他燒天灼地之烈氣。我自  
爲我。彼焉能入而動我之心哉。蓋靜陰也。動陽也。人能靜如止水。如澄潭。  
又何畏暑氣之侵耶。其侵之者。非暑之能侵也。亦由我心之動。因之氣動神  
隨。而與造化爲轉移焉。以是思之。則知人之生死。非天之能生死乎人。由人  
之自生自死於其間也。諸子知得此理。惟一心內守。獨觀虛無之竅。靜聽於  
穆之天。則心常存。氣常定。有如太虛之虛。自不與萬物同腐朽焉。總之此  
個工夫。無非一個玄牝而已。古云。玄牝之門世罕知。休將口鼻妄施爲。饒



玄牝的旨

能至柔故  
能動也剛

評論玄牝  
之真實相  
其狀如綿  
則其溫潤  
也如春

君吐納經千載。爭得金烏搗兔兒。是知玄牝之門。非如今之時師。傳人以出氣爲玄。入氣爲牝之謂也。又非在離宮在坎宮水火二氣之謂也。蓋在有無之間。不內不外之地。父母媾精時。一點靈光。墮入胞胎內。是爲玄牝之的旨。爾學人細心自辨。若說是出玄人牝。是渾渾淪淪。毫無蹤跡。又墮於頑空。在他初學之徒。吾亦不過於形色間指出。一個實跡。若諸子工夫已有進步。可以抉破其微。吾聞昔人云。念有一毫之不止。息不能定。息有一毫之未定。命非有我。是知玄牝者。從有息以煉至無息。至於大定大靜之候。然後見其真也。近日用功。雖氣息能調。然未歸於虛極靜篤。則玄牝之門。猶不能現象。惟於日夜之際。不論有事無事。處變處常。時時以晨光直注下田。將神氣二者收斂於玄玄一竅之中。始則一呼一吸。猶覺粗壯。久則覺其微細。則少靜矣。又久則覺其若有若無。則更定矣。迨至氣息純返於神。全無氣息之可窺。斯時方爲大定大靜。煉丹則有藥可採。此可悟玄牝之門。此可見生身受氣之初。是即真正玄牝之消息。以之修煉。可以得藥成丹也。不然有一息之未止。則神隨氣動。氣與神遷。有何玄牝之可言。不知定息靜神。從有思有慮之神氣上用工。莫說丹不能成。即藥亦不可得。莫說命不我立。即病亦有難除。此玄牝所以爲煉丹之本也。知此。道不遠矣。

道家以虛無之神。養虛無之丹。不是無形而有象。亦不是有象而無形。此中



玄牝

性清氣清  
靈清神清  
一團清氣  
阿含無物

真竅。非可以語言文字解得。學道人須從蒲團上。自家一步一步的依法行持。細細向自家身上勘驗。方識得其中消息。吾前言玄牝之門。其實立即離門。牝即坎戶。惟將離真陰。下降坎宮。真陽上升。兩兩相會於中黃正位。久久凝成一氣。則離之中自噴玉蕊。坎之中自吐金英。玉蕊金英。亦非實有其物。不過言坎離交媾。身心兩泰。眼中有智珠之光。內心有無窮之趣。如金玉之清潤縝密。無可測其罅漏者。然非以外之呼吸。時時調停。周遍溫養。則內之神氣難以交合。古云玄黃若也無交媾。怎得陽從坎戶飛。是知天地無功。以日月爲功。人身無用。以水火爲用。天地無日月。天地一死物而已。人身無水火。人身一尸壳而已。日月者。天地之精神。水火者。人身之元氣。惟能交會於中。則內之元氣。假外之呼吸以爲收斂。始而覺其各別。久則會萃一團。而真陽自此生矣。倘陰陽不交。則氤氲元氣不合。而欲陽之生也。其可得乎。可笑世之凡夫。以全未煅煉之神氣。突然打坐。忽見外陽勃舉。便以爲陽生藥產。豈知此是後天之知覺爲之。凡火激之而動者。何可入藥。生須知真陽之動。不止一個精生。氣與神皆有焉。必先澄神汰慮。寡欲清心。將口鼻之呼吸。一齊屏息。然後真息見焉。胎息生焉。元神出焉。由此再加進火。退符。沐浴。溫養之工法。自有先天一點真陽發生。靈光現象。以之爲藥。可以驅除一身之邪私。以之爲丹。可以成就如來之法相。古

35

辨真陽之動。真氣統系皆一氣之所主宰。

除卻虛空。總是塵。

清風來水面。明月到天心。

清真之中。又有辨其至清至真。易修易成之仙機。乃遺世苦志者。修進天仙。聖真之道。非世法中人所待。

云。勿助勿忘妙呼吸。須從此處用工夫。調停一氣生胎息。始向中間設鼎爐。是知安爐立鼎。以煨煉真藥。未到凡息停而胎息見之時。則空安爐鼎。枉用火符。終不能成丹。即說有丹。亦幻丹矣。不但無以通靈。以之却病延年。亦有不能者。總之立牝相交。元黃相會。無非掃盡陰氣。獨露陽光。有如青天白日。方是坎離交。真陽現。有一毫昏怠之心。則陰氣未消。有一點散亂之心。則陽神未老。猶不可謂爲陽純。吾聞古云。人有一分陰未化。則不可以成仙。故呂祖道號純陽也。足見陰陽相半者。凡夫也。陰氣充盛者。惡鬼也。陽氣壯滿者。天仙也。易所以抑陰扶陽。去陰存陽也。然此步工夫。豈易得哉。必由平日積精累氣。去欲存誠。煉而至於無思無慮之候。惺惺不昧。丁丁常明。天然一靈現前。爲我一身主宰。內不見有物。外不隨物轉。即是金液大還之景象。稍有一念未除。尙不免有凡塵之累。生等要知修成大覺金仙。離不得慢慢的去欲存誠。學君子慎獨之功可矣。

修煉之術。別無他妙。但調火候已。夫煉丹有文火。有武火。有沐浴溫養之火。有歸爐封固之火。此其大較也。夫武火何以用。何時用哉。當其初下手時。神未凝。息未調。神氣二者之交。此當稍著意念。略打緊些。即數息以起刻漏者。是其武火也。迨至神稍凝。氣稍調。神氣二者略略相交。但未至於純熟。此當有文火以固濟之。意念略略放輕。不似前此之死死執着數息。

知也。還  
須辦氣足  
可用  
文武火候

卯沐浴

酉沐浴

封固

任斗柄外  
移而天心  
始終不離  
當處

是即文火也。古云。野戰用武火。守城用文火。野戰者何。如兵戈擾攘之秋。賊氛四起。不可不用兵以戰退魔寇。即是武火之謂。迨至十戈寧靜。烽烟無警。又當安置人民。各理職業。雖不用兵威。然亦不可不隄防之耳。此爲文火。有意無意者也。若民安物阜。雨順風調。野無雞犬之驚。人鮮雀鼠之訟。斯可以文武火不用。而專用溫養浴沐之火。至於沐浴有二。卯沐浴。是進火。進之至極。恐其升而再升。爲害不小。因之停符不用。稍爲溫養足矣。此時雖然停工。而氣機之上行者。猶然如故。上至泥丸。煅煉泥丸之陰氣。此其時也。況陽氣上升。正生氣至盛。故卯爲生之門也。酉沐浴。是退符。退之至極。恐其着意於退。反將陰氣收於中宮。使陽丹不就。學人至此。又當停工不用。專氣致柔。溫之養之。以俟天然自然。此即爲酉沐浴也。昔人謂之死之門。是是即吾所謂收斂神光。落於絳宮。不似卯門之斂神泥丸也。然此不過言其象耳。學者切勿泥象執文。徒爲兀坐死守之工夫焉。至歸爐封固。此時用火無火。採藥無藥。全然出於無心無意。其實心意無不在也。此即玄牝之門。現其真景。然而此個工夫。非造到火候純熟之境。不能見其微也。爾等從此勤修不息。不過一月之久。可以息凡氣而見胎息。到得真意生時。胎息見時。自然陰陽純成一團。氣暢神融。藥熟火化。有不期然而然者。生等勉之。勿謂吾師之訣易得聞也。若非汝等有此真心。又知行善爲寶。亦

不輕易道及。還望生等一肩大任，不稍推諉。不辭況瘁。冥冥中自不負汝也。爾生亦不虛此志願矣。

水火調勻

運  
寒河車拂

未生用武  
初生用文  
過壯退符  
大壯停符  
既壯用武

吾示生一活法。謚丹書所云。初三一痕新月。是一點陽精發生之始。是爲新嫩之藥。急宜採取。然以吾思之。不必拘也。如生等打坐興工。略用一點神光。下炤丹田氣穴之中。使神氣兩兩相依。乃是一陽初動之始。切不可加以猛烹急煉。惟以微微外呼吸招攝之足矣。古人謂二分新嫩之水。配以二分新嫩之火。庶水不泛溢。火不灼燒。漫漫的溫養沐浴。漸抽漸添。水火自然調和。身心自然爽泰。而有藥生之兆焉。然氣機尙微。藥物未壯。不可遽用河車。以分散其神氣也。此即初八月上弦。一點丁火之象。若要搬運升降。往來無窮。必待藥氣充盈。勃然潏然。上而眉目之間。朗朗然如星光點點。其氣機開朗無比。非謂果有星光點點。紛飛而可見也。下而丹田中。浩浩然如潮水漫漫。其真氣流動充盈有如此。非果有潮水泛流也。此是比喻之法。一切不可著迹以求。有此景到。始如十五一團明月。徧滿大千。普炤恒河。即是大藥初生。可以興工採取。搬運河車。升之降之。進之退之。由是而溫養烹煉之。日復一日。自然智慧日開。精神大長。否則水尙初潮。金生未兆。而遽以神火猛烹急煉。不惟金氣不生，反因凡火熾熱。燒竭一身元精元氣也。若藥氣已長。而猶以二分之一之火應之。則金氣旺而火不不稱。猶之爐火煉鐵。鑛多炭

私慾憧憧  
即是陰氣  
防退符過  
虛火足不  
止大藥無  
成

採藥太早  
則氣微而  
無衝關力  
採藥  
吸氣閉

少。而火不宏。火反爲礦所埋。安望融化成金。而爲有用之物哉。此等細密工夫。在生等自家在坐上較量。爲增爲減。以柔以剛。定其分數銖兩可也。故曰臨爐定銖兩。二分水有餘。其三遂不入。火一與之俱。是其義也。大凡用工採取烹煉。總要知得何者是真陽之氣。何者是假陽之氣。辨別了然。始不枉用功夫。如子進陽火。以採取真陽之物也。午退陰符。以退却至陰之物也。卯酉一時沐浴。以存真陽者也。要知陽不宜太剛。太剛則折。當以柔道濟之。陰不宜太柔。太柔則懦。須以剛德主之。卯門沐浴者。所以防陽之過剛也。酉門沐浴者。所以防陰之過柔也。若陽氣過剛。必將凡火引而至。上。以爲患之上焦。陰氣過柔。必將真陽退却。而陰氣反來作主。私慾憧憧。往來無息。身亦因之懦弱不振。此又將何以處之哉。法在以神了炤之。提攝之。不使陰氣潛滋暗長於其中。自然陽長而陰消。可以煉睡魔矣。修養之道。的是返自家故物。還已失本來。無論老少賢愚。皆可學得。無奈世人不明者個消息。不以老自推。便以愚自畫。豈知者個天機。原在太虛中。渾渾淪淪。不因老而增減乎。只怕人不立志以求。是以先天一點至陽之精。落於後天塵垢之污者。愈加陷溺而不返也。諸子亦知之乎。即如陽生藥產。總以端莊正坐。盤膝爲主。呼之至上。上則無形。吸之至下。下則無象。以眼微微向上觀。即採取也。若藥氣已壯。用吸抵攝閉之法。緊閉六門。存神

時在氣壯

論進火退符及卯酉沐浴之本旨

坐最宜適  
不遇者必  
不得其養

定慮。此正法也。吾再進而言之。神要不動不搖。心要能虛能謙。身如泰山。心似寒潭。專心一志。自然真氣冲冲直上。不似旁門。純以意思牽引。要知此氣不是外來之氣。是吾人受生之初。先天一點絪縕元氣。入於胞胎之中者。是只爲後天氣息用事。先天氣息蔽而不見。一朝凡息已停。真息自露。尤要知真氣既生。我家主人翁正正當當。坐鎮中庭。方有主宰。故丹法云。內伏天罡。外推斗柄。是其訣也。若藥氣已生。而行周天法工。內不伏天罡。則氣機無主。必有差度妄行之弊。若藥氣已行。外不推斗柄。仍然死守中庭。則無生發之機。猶天地與日月爲功用。日月與天地爲主宰。斯爲體用俱備。本末不違也。至於進火於子。是洪濛未判之初。混沌初分之始。其時恍惚杳冥。方是法眼正藏。退符於午。又如春生萬物。至午而極。其時生機勃發。陽氣極盛。的是正傳。若卯時沐浴者。是從子進火起。以前陰而生陽。至此陽不多而陰不少。丹經所謂上弦金八兩。得水中之金半斤者。正是陰陽調和。兩不相爭也。故宜停符不運。然而陽氣猶未至于純。陰氣尙未幾乎息。不得不運二時之火。升之直上。斯爲卯沐浴。從望六之候。漸漸陽消陰長。謂之陰符者。蓋以命係於坎。上半月爲進爲陽。性寄於離。下半月爲退爲陰。此殆謂爲潛心於淵。合氣於漠。動以煉命。靜以養性。使性之虛無者。至此而入於定靜。故曰退陰符。即卷之。則退藏於密者。是其旨矣。若如時師口訣。

通體安和  
自在之謂  
通

注意邪火  
焚身之可  
畏切切

警語切記  
終身勿忘  
意明則火

直謂陽之生十五而極。陰之長又自十六而生。謂爲凡陰。猶然昏昏罔罔。斯亦何必退符爲哉。無是理也。吾師不爲挾破。恐諸子不明升降進退之道。皆是扶陽抑陰。彼以退符爲昏默寂靜。斯大錯矣。吾師所傳。萬兩黃金買不得。十字街前送至人。斷無有徇情者也。諸子總要聽吾之教。一心向上去做。吾不負汝。切莫似他將信將疑。欲修不修。而以財爲命可也。諸子工夫愈進。火候愈老。滿腔之中。無非真意。蓋先天神火既長。則後天凡火自盛。倘念不自持。或生怒心。或生恚念。或起淫心。或生貪念。種種嫉妬。瞋恨。無非後天凡火之起。此火一起。即有邪火焚身之患。吾見幾多修士。平日修煉。只在深山靜養。不與人事。及至出而和光。竟自一爐火起。而萬斛靈砂。立地傾矣。此吾所以教人不專在靜處修。而必於市塵人物匆匆之地煉也。夫未經收養之火。還不見大害。若收之至極。藏之愈深。自與火微之日。大不相同。或一身抽搐。或六府動移。或五宮發見有象有聲。只要真氣流行。此神能定足矣。切不可因其有行動。遂行驚訝。我總是一個不動心。不理他。愈加分持養。十分謹慎。務期煉而至於死地可也。吾師從此挾破。生等須學會子一生戰兢。自無百病之患。所以學道人。終身俱在無底船中坐。朽木橋上行也。即此日火雖新生。藥亦穉嫩。然猶要隄防火起。以耗散吾之元神。不然養之數年。敗之一旦。良可惜矣。他如接人應物。一切事爲。當行則行。



剛而水柔  
柔而火剛  
火剛殺人  
水剛生人  
故曰以  
柔以和

上上乘

必須永絕  
眼界意識  
界方得直  
超無物太  
虛不然心  
一萌動即

當止則止。已經定意。不必三心。即錢財之出。不允則已。允則一諾千金。無有移易。以免外侮之來。而心不寧。內念之起。而心亦忤。此亦除煩惱之一法。蓋煩惱即火。火起丹傷。勢不能立也。諸子能體吾言。在在隄防。時時保護。夫焉有不成丹者哉。總之丹道千言萬語。不過神氣二字。始而神與氣離。我即以神調氣。以氣凝神。終則神氣融化於空。結成一團。大如黍米之珠。懸於四大五行不着之處。一片虛無境界。是即打破太虛空。獨立法王身是也。而其功總不外性情二字。始而以性和情。繼則以情歸性。到性情合一。現出本來法身。即返本還原。復吾生身受氣之初。然是還未到無上上之妙境也。夫人生未生之初。一點靈光。渾然藏於太虛。視之不見。聽之不聞。擗之不得。此時有何性。又有何情。以此思之。連性情二字。都是有形有質。只算得後天中之先天。以其猶有依傍也。到此絕頂一步。不著於有性。亦不著於無情。連性情之有無。亦且不立。此即跳出性情。獨煉一點虛無元氣。所謂空空忘忘。其實忘無所忘。空無所空。還於太虛。連天地都不爲我作用。是即可以化子生孫。現出百千億萬法身。變化無窮者矣。若只不離一個虛無。還是二乘。此連虛無亦無。所以神妙莫測也。要知此是金丹始終之工法也。諸子體之慎之。

煉丹之道。雖曰先天元氣醞釀而成。其實非後天有形之氣，不能瞥見先天元



隨處調養  
能救也

天地之包  
萬物氣也  
並天地萬  
物而包之  
者氣也而  
無朕兆可  
見

心有所染  
乃爲數縛  
心無所染  
數不能縛  
是稱無量

氣。是知先後二氣。兩不可無者也。若無後天滓質之氣。則先天一氣。無自而生。若非先天清空一氣。則後天尸氣。概屬幻化之具。終不足以結成胎仙。吾觀諸子。於先天真一之氣。不能實實在在認得真。修得足者。皆由後天色身太弱。無以勃勃蓬蓬。而活見本來虛無妙相也。今爲諸子再言後天之氣。夫人之身所以健爽者。無非此後天之氣足也。氣何在。即身間一呼一吸。出入往來。細細內蘊者是。此氣即腎間氣動。肺主之而出。腎迎之而入。一出。往還於中黃宮內。則內而臟腑。外而肢體。無處不運。即無處不充。所謂身心兩泰。毛髮肌膚皆精瑩矣。顧自後天言。肺之出氣。腎之納氣。兩相調和勻稱。無或長或短之弊。自然無病。可以長生不老。然先天則金生水。即天一生水是。而後天則必自土而生金。金而生水。金水調勻。生生不息。故必節飲食。薄滋味。慎言語。以養肺氣。少思慮。以養脾氣。與夫一舉一動。節其勞逸。戒其昏睡。則上旺自能生金。金旺自能生水。水氣一通。則脾上滋潤。而金清水白。可以光華四達。無有障礙焉。諸子欲收先天元氣。縊於中宮。生生不已。化化無窮。離不得一出一入之呼吸。息息歸根。神氣兩相融結。和合不解。然後後天氣足。先天之氣之生。始有自也。若不於後天呼吸之息。息息向中宮吹噓。則金無所生。水不能足。一身內外。多是一團燥灼之氣。猶之天氣亢陽。而土無潤澤之氣。萬物之枯焦不待言。此一

幻象常顯  
於覺照之  
前則空真  
靈明轉  
以隱蔽而  
成不障亦  
障之害心  
之所在神  
不爲礙且  
入於疲懈  
之途於修  
無補

不可摸擬

幻像常顯  
失眞爲多  
久且無救  
最宜慎坐

呼吸一吸。所以爲人生之本也。諸子於今用工。不必尋奧妙。但於行住坐臥之時。常常調其呼吸。順其自然。任其天然。毫無加損於其間。亦不縱放於其際。一切日用云爲。總總一個不動心。不動氣。不過勞過逸。自然後天氣旺。先天元氣自回。還於五官之地。不必問先天何在。而先天之氣自在是矣。若不知保養後天。徒尋先天元氣。勢如炊沙求飯。萬不可得。到得後天尸氣一聚於中。先天之氣自在於內。細細細細。兀兀騰騰。莫可名狀。而亦無可名狀者。若曰可名。皆是後天之氣。不足以還返原本。而成神仙骨格焉。諸子知否。若先天元氣到時。只有一點可驗之處。心如活潑之泉。體似峻峭之石。自然一身內外。無處不爽快。無處不圓融。非可意想作爲而得者也。故先天一氣。名曰虛無元氣。以此思之。足見先天一氣。無可名。無可指。後人強名之曰。先天一氣。既屬強名。實無所有。學者。於此元和內蘊之時。而猶欲於身心內。實實實擬一個色相出來。錯矣。錯矣。且此摸擬之心。即是後天之意。有此一意。而先天淳樸之氣。必爲後天之氣打散。雖曰先天。猶是後天也。諸子近于吾道。已窺其淵源。諒於吾師今日之言。實能知其底蘊。不復以後天識神作爲主翁也。在修道之始。恐其不明真諦。必要尋師。訪友。求其實在下落。步步都有踏實處。及大道已明。修之於身。煉而爲藥。又要將從前一切知見。概行泯却。不許一絲半點。參錯於中。反將元

必使神氣  
俱定全歸  
於無

息依神定  
精依氣定  
精定而化  
氣結神凝

神稍後退  
不偏左右  
卽是真中

明德潤心  
乃可言坐

流通顧盼  
亦喪其真

黃混合者。打破。不能凝聚爲一團也。古人謂打破虛空爲了當。諸子思之。虛空二字。猶著不得。何物可以添上。似只孩提之童。喜笑怒罵。皆是天然自然。前不思。後不想。當前一任其行止。而已毫無與焉。然此言雖容易。而欲真真實實。會悟其妙。非數十年苦工。不能識其微也。

爲師念生辛苦多年。未了然於此一氣。不妨預爲抉破。此個虛無一氣。又謂真一之氣。又曰真一之精。又曰天然元氣。又曰天空一氣。種種名色。不一而足。要無非無聲無臭。無思無慮之真。却不在內。不在外。隱在色身之中。謂之法身。然而此難思量。難揣度。却遠在天邊。近在咫尺。孔子所謂我欲仁斯仁至矣。足見此個元氣。天然自然。未嘗一息偶離。離此卽不得生。又何以成人耶。然必如何而後可覓哉。雖然著一覓字。又千差萬錯。增數重障蔽。惟有如生等所說。一切放下。一絲不罣。萬緣不染。此個虛無之氣。卽在個中生。積久功深。諒已明白無疑。要知此個虛無一氣。天地人物。同是一般。富貴貧賤。均是一理。極之生死患難。亦不爲之改移。氣息有盈虛消長。而此個元氣。無有盈虛消長。第後學淺見。不知人有清濁明暗。皆是氣機運行。而專以氣之清明。尋虛無一氣。而于昏濁之際。則以爲不在也。詎知此個元氣。不因清明而有。亦不爲昏濁而無。只怕不知去欲存理。閑邪歸正。於氣清時。有一流連顧盼之意。於氣濁時。又加一憂菀煩惱之心。明明

元氣不動  
時之要訣  
功候真假  
全憑冷暖  
神記所謂  
五藏之前  
氣又暖者  
真夫歸也

守發妙訣  
萬緣放淨  
一虛正中  
無心於守  
無守於心

元氣當前。如日月之照臨。無不光明洞達。反因此障礙心起。遂如浮雲遮蔽。而日月無光矣。尤要明得此個元氣。本無朕兆。亦無形色。實為後天精氣神之根本。先天精氣神之主宰。故虛無一氣。在先天而生乎陰陽。落後天而藏於陰陽。總之。人能打掃得閑思雜慮。一切起心動念的障礙。乾乾淨淨。不染纖塵足矣。然在後生小子。氣息壯旺。易得會其真際。而在年華已邁者。猶難調和氣血。保養靈光。採此一點至陽之精。此又將奈之何哉。吾再示生一個採煉法程。易曰。寂然不動。感而遂通。生等于元氣未見時。不妨以神光下照。將此神火去感動水府所陷之金。久久自然水中火發。而真金出鑛矣。此感而彼應。其機有捷於影響者。故古人教後學。於寂然不動中。無可採取。教以神光下照之法。而於通處下手。以採取先天一味至真之氣出來。以為丹本者。此也。亦非此個動氣即元氣也。要知此個元氣。方其未形之時。未嘗不在。然而清空之氣。不可見也。及其既形之際。又非此個有形者。即是真一之氣。而要不過此真一之氣之所發所也。當其發時。恍惚杳冥。畧有所以認識者。在此亦猶見影知形之意。其實形無所見耳。到此發見昭著。放之則彌六合。即天地亦不能載。所謂生天生地生人生物之本者。即此是也。然雖無量無邊。而仍不離於方寸。所謂卷之則退藏於密者。是其義矣。由此以思。綢繆者。仍是陰陽真氣。而主宰此真氣者。始是至真之元氣也。

順適自然  
自然順適

有形之大  
亦同歸於  
無形方是  
精妙自然

息則重  
必成病

才一萌心  
即落後天  
心乃身中  
之化氣

性命之大  
運始終修

。知否。故自古仙真。探斯之蹟而知源。窮斯之神而知化。煉形復歸于一氣。煉氣復還於虛無。要無非借假以形真也。又聞古人云。真一之氣。視無形。聽無聲。如之何而能凝結。以成黍米之珠哉。聖人以法追攝採取于一時辰內。法即回光返照。以我去感。彼自相應者是也。及其既現。真一之氣。猶不可見。此又何以捉摸之。而後採而服之。以成虛無之仙耶。聖人以有而形無。以實而形虛。實而有者。冥冥真陽也。虛而無者。龍虎二八初弦之氣也。要不過以此有形。而煉出那無形之元氣出來。才可爲丹。生等今聞吾真一

之氣。諒不復以後天陰陽先天陰陽認爲真一之氣。庶幾近道矣。

修煉之道。人只知兩重天地。四個陰陽。豈知先天後天陰陽之外。還離不得真靈之知。才是天地之根。造化之丹本也。夫後天陰陽者何。即人身受胎之始。借父精母血而生者。到子時坎中有一陽之氣。運行於一身內外。午時離中有一陰之氣。周流於六腑官骸。二氣迭運。無有窒機。故日見其長。及至成人。多思慮以傷神。好淫蕩以損精。精神衰敗。此一身內外陰陽不復運行矣。至人以順行之常道。爲逆修之丹道。始而垂簾塞兌。息慮忘機。默默回光。返照於丹田一竅之中。以採取真陽之氣。烹煉至陰之精。此即先天陰陽。生於虛無之際。不區區在色身上尋討者也。如此凝神調息。調息凝神。陰陽交會。神息相依。而坎中之真陽。生於活子時。由是動以採之。上升下降。活午時到。

養先天虛  
無真一之  
氣而已矣

一心了  
之亦非

擬議即乖  
較量即錯

中間尚有  
採煉封溫  
之工

離中真陰。生於其際。由是靜以養之。收于玄玄一竅。世人只知靜養。而不知動採。何以回宮。又或但知動採。而不知靜養。何以結丹。此處切不可胡混。尤要知活子時到。所謂恍恍惚惚。其中有物。杳杳冥冥。其中有精。有物有精等景象。猶是先天陰陽比象。還不是太極之體。太極之體。彼感此應。一覺即動。所謂時至神知。即先天之真知。學道人須於此認得清。方得先天一氣。活午時到。離中雖有至陰之精。兆而爲象。如圓陀陀。光灼灼。猶非先天真精。太極立基之本也。要知此時惺惺不昧。天然一念現前。能爲萬變主宰。此即古人所謂心中之靈知。先天至真之精發見也。斯時也。在無知之學人。偶然朕兆當前。心神歡悅。即存了一炤之心。或欲其長存不去。如此先天雖本無物。因此一心了炤他。留戀他。又添一重障蔽。先天頓爲後天所濛。天心頓爲人心所泊。學者于此天然真宰現前。惟有不即不離。勿忘勿助得矣。但初行持。須要知腎中一陽生。而有真知現象。心中一陰生。而有靈知兆形。到得工深學久。腎中之真知。亦化爲靈。心中之靈知。亦化爲真。真靈合而爲一。真靈化而無有。所謂陀羅尼諦。真靈乾諦。薩婆訶者是。吾觀諸子打坐。未嘗不是。但未得藥生之時。可數息以調息。至于藥氣已歸。切不可再用刻漏武火。須任其天然自然。元神始不爲識神打散。知否。諸子行工雖久。不能大生陽氣者。由於此處少理會也。孔子稱顏子得一善。

氣神相依  
潛伏於中  
空冲和而  
堅定

除却虛空  
總是塵

眞見直養  
生不自生  
氣堅化生  
滅不自滅  
神馳死滅

拳拳服膺而弗失。蓋未得而求得。不容不用武火。既求而已得。又不可再行武火。須以天然神火。溫養還丹。主人翁坐炤當中足矣。此方合一動一靜。一武一文。修養之道。吾師今日所傳。自古丹經不肯輕洩者。吾已一口吐出。諸子切勿謂爲偶然事也。

性命雙修之學。非獨吾道爲然。即三教聖人。亦莫能外。始以性立命。繼以命了性。終則性命合一。以還虛無之體盡矣。夫性本虛無。渾無物事。然必至虛而含至實。至無而含至有。始不墮於虛空一流。學者下手興工。萬緣放下。纖塵不染。虛極靜篤之時。恍惚杳冥。而有靈光昭著。普炤大千世界。此即靈台湛寂。佛所謂大覺如來。道所謂靈知眞知是。但人自有身後。一點眞靈面目。久爲塵垢所污。大修行人。所以必除思慮。祛塵緣。而於靜中養出端倪也。此即明心見性也。諸子探出這個消息。始知我生本性。無時不在。非因靜而後有。不過由靜以養之耳。至人心一靜。又如冷雪融化於不知不覺中。忽然現出一線靈光。非但人不及知。而已亦不自覺。斯時萬境澄徹。片念不生。覺得天地萬物。無不自我包羅。古今萬年。無不自我貫注。此即孟子養浩然之氣。至大至剛。以充塞乎兩大之間者。是如此見性。方爲眞見。渾如此養性。始成眞養。斯時也神遊於穆之表。氣貫太和之天。寂然湛然。渾然融然。而後不入于杳冥。使聖學等諸奇怪。亦不至遂於事物。使聖學流於



端坐習定  
亦即採取

所實在坎  
中真陽

紛馳。斯道得矣。雖日用云爲。萬端交感。亦惟任天而動。率性以行。如大禹之治水。行所無事。卒之功滿天下。而不知功。名滿天下而不知名。渾如赤子之知能敬愛。一出於天真。雖無所不知。無所不能。實則不自覺其知。不自覺其能。有與物俱化者焉。諸子果明此道。以一貫萬。以萬歸一。自然煉精得元精。煉神得元神。長生可得。神仙可幾矣。不論童貞破體。不論老少賢愚。不論富貴貧賤。只要有功有德。自成上聖高真。雖曰虛無妙道。其實如如自在。了了長明。昔人謂針鋒上打得觔斗。電光中立得住腳。才是虛中實。無中有。而不知旁門之依稀彷彿也。諸子由此修持。始焉心無生滅。則性可長存矣。繼焉息無出入。則命可長保矣。古云。心在丹田身有主。氣歸元海壽無窮。不誠然乎。無奈今之修士。不知清淨爲本。真實爲宗。或但務於虛靜。而不知下學上達之原一致。或但因事乎奔馳。而不知天德王道之本一貫。即有究心性之源。明造化之妙。又不知性爲氣體。氣爲性用。無性則命無由生。無命則性無所立。漫說盡性即可至命。須知立命乃可了性。彼徒存性不能立命。每見氣動而神隨。究不能斷乎情欲。神遊而氣散。更不能逃夫生死。由此言之。修性大矣。而煉命尤急焉。雖然。今之煉命者。但閉目靜坐。冥心寂照。徒守離中陰神。不採坎中陽氣。倘念動而神馳。長生且不可得。安望不入輪迴。又況徒事空靜。死守陰神。全無一點陽氣。眼前即



修道以不  
種區因爲  
第一

道在先天  
炁爲靈本  
靈爲神祖  
神爲精寶  
精爲氣根

鉛是由己  
上升中下  
沉汞是由  
已下降後  
上升

無生機。安望死後爲神。雖有神境通。宿命通。他心通。天眼通。天耳通之五靈。究皆陰神。而神未入氣。氣未歸神。陰陽未合。神氣不交。息有出入。神亦變遷。心雖有入定之時。只是強定之陰神。終未煉成不動之陽神。而生死難保。輪迴種子尙在。如此修煉。又與凡夫何異哉。

自乾坤破爲坎離。已非舊物矣。離外陽而內陰。坎外陰而內陽。外者爲假。內者爲真。且離中所有者精神。坎宮所有者氣血。坎虛而成實。離有而成無。學者。先採坎中真陽。補離中真陰。復還乾坤本來真面目。即返本還原也。法在以汞投鉛。以鉛制汞。復用天然神火。久久溫養。汞鉛雖先天之物。在人身氣血中。夾帶有陰氣在內。故日運符火。包固已汞。必將鉛氣抽盡。化爲明窗。塵埃片片。飛浮而去。只存得一味靈妙丹藥。再加九年面壁工夫。始能無形生形。成就一位真仙。若但離宮修定。不向水府求玄。則離宮陰神。猶是無而不有。虛而不實。縱靜中尋靜。深入杳冥之境。只得一個恍惚陰神樣子。終不能聚則成形。散則成氣。欲有則有。欲無則無。實實在在有個真跡也。故曰。修性不修命。萬劫陰靈難入聖。又有只知煉命者。但固守下田。保養元精。前此未聞盡性之功。後此但求伏氣之術。惟煉離宮陰精。使之化氣。復守腎間動氣。使之不漏。不知移爐換鼎。向上做煉氣化神工夫。雖胎田氣滿。可爲長生不老人仙。然氣未歸神。神未伏氣。有時念慮一

神入氣中  
爲胎息鼻  
息斷方是

真大藥之  
鼎爐爲乾  
首坤腹小  
藥則同在  
體內

起。神行氣動。仍不免動淫生欲。故曰。修命不修性。猶如鑒容無寶鏡。必也性命雙修。務令一身內外。無處不是元精。無處不是元氣。到得精已化氣。無復有生精之時。然後精竅可閉。於此急尋聖師口訣。用上上乘法。行五龍捧聖之功。自虛危穴起。上至泥丸。降下丹田。所謂四象攢來會中宮。何愁金丹不自結者此也。斯時凡息停。而胎息見。日夜運起神火。胎息綿綿。不內不外。若有若無。煉爲不二元神。如此煉氣化神。適爲大周天火候。上張祖云。終日綿綿如醉漢。悠悠只守洞中春。又謂綿綿密密。不貳不息。上合於穆之天。又謂無去來。無進無退是也。如此抽鉛添汞。以汞養鉛。待得鉛氣盡乾。本性圓明。外息盡絕。內息俱無。只有一點神氣。了炤當空。是即氣化神矣。學人初入定時。未至大定。猶爲少陽。未煉到老陽之候。尤必惺惺不昧。寂寂無聞。不著有相。不著無相。庶元神才得脫塵。不然神有依傍。則不脫。神有方所則不超。安能跳出天地陰陽之外。而不爲天地陰陽鼓鑄者哉。此煉虛一著。所以無作無爲。無思無慮。純乎天然自然之極。前此煉氣化神。雖無爲而猶有迹。到得煉神還虛。不似前此溫養之功。猶有朕兆可尋也。此爲最上上乘之道。

精非交感之精。乃先天元精也。何謂元精。此精自受生之初。陰陽二氣。凝結一團。如露如珠。藏於心中。爲陰精。即天一生水是也。其未感而動也。

此處還得  
口傳功訣  
乃可下手  
然真師何  
處尋求甚  
矣修道之  
難也

只一氣耳。及乎有觸而通。在肝則化爲淚。在脾則化爲唾。在肺則化爲涕。在心則化爲脉。在腎則化爲精。寒則爲涕。熱則爲汗。聞香生津。嘗味垂涎。所謂涕。唾。精。津。氣。血。液。七般靈物總皆陰。是惟一念不起。一心內照。則七竅俱閉。元精無滲漏之區。久久凝煉。則精生有日。如春暖天氣。睡熟方醒。一團溫和。熱氣常發於陰腎之中。斯時也。急以真意攝回丹田土釜。烹之煉之。溫之養之。則元精常住。元氣可生矣。但藥有老嫩。火有文武。運有升降。歸爐溫養。皆有法度。學者須虛心求師。抉破真機得矣。否則一有不明。妄採妄煉。鮮不爲害也。此中危險。不可不知。所以煉精者。必凝神於中。調息於外。到得精神團聚。氣息和平。則精自生而氣自化矣。所謂氣者。即此元精所煅煉而成也。但伏陰腎中。恍恍杳冥。凝結一區。靜則爲氣。動則爲精。氣存則人存。亡則人亡。氣之所關。非細故也。氣之衰旺。人之老幼強弱因之。事爲之舉廢。功業之成否。鮮不於氣是賴。當其靜時。無形無象。只有一團溫和之意。薰蒸四體。流貫一身。及有感而動。成孝弟之德。通乎神明。爲忠義之舉。參乎天地。浩然沛然。至大至剛。有包羅宇宙之概。孟子謂集義生氣。集氣成勇。貫金石格豚魚者。皆此正氣爲之也。志以帥氣。氣以成義。無是氣則頹靡不振矣。世上凡金玉。可以買得。惟有此氣生死與俱。性命與共。非由積累功深。無以得其充

裕也。生須知氣未動。靜以養之。氣偶露。動以煉之。古云忽聞夜半一聲雷。萬戶千門次第開。此即一陽來復之候。眼有金光發見。口有甘露來朝。此大藥發生之驗也。急忙採取過關。復食。溫養。此時淫具縮盡。陽關固閉。絕外呼吸。用內神息。不許一點滲漏。務令息息盡歸真。神神齊聽命。使此氣入神中。神包氣外。久之渾然無氣息往來。惟覺一點靈光。隱約在靈台之上。則元氣已化元神矣。自此氣合于於漠。神凝于虛。似有似無。不內不外。以煉至虛至靈之神。再行向上工夫。遷神於上田。以無爲神火。煉七日過關服食之功。則玉液功成。自此不飢不寒。四時皆春。別有一重天地。在我主持。而我有真我矣。再接煉神還虛一步工夫。重置琴劍。再安爐鼎。現神則靈光普照。斂神則元氣渾然。倘若神有動時。急忙收拾。攝回中宮。務令定相續。如如自然。由少陽而養至老陽。然後有感而動。念慮一起。可以跨鶴登雲。升天入地。做一切祛邪補正。救人利物之事。且化百千億萬化身。到處現形救世。而不見其有損。即寂寂無跡。收斂至于無聲無臭。亦不見其少益。蓋神之動也。以物之感而通。非神之無故自動也。其靜也。以物之無感而斂。亦非神之惡動喜靜。其感其應。概因乎物。全不在己。所謂常應。常靜。常靜常應。寂寂而惺惺。惺惺而寂寂者是。是即還虛之真諦。否則神未養老。出之太早。不免見物而遷。墜入魔道而散。即養得老壯。而思慮未

幻妄之起  
究因覺照  
不力

河車起忌  
凡息  
主宰即真  
身一炁主

絕。則志有所向。意有所圖。縱行爲得當。亦覺有爲而爲。殊非虛無之本體。何也。有爲而爲者。識神也。無爲而爲者。元神也。識神用事。元神退聽。元神作主。識神悉化爲元神。此理欲之關。不容並立者也。若識神未化。猶難割斷塵情。一念不謹。即墮入生死輪迴而不自知。所謂無量劫來生死種。癡人喚作本來人。是也。尤要知元神無迹。元氣中之至靈處。即元神也。然必如谷之應聲。影之隨形。自然而覺。自然而知。不假一毫安排。無容一絲擬議。如謂孟子謂乍見孺子。將入于井。皆有怵惕惻隱之心。是元神也。由此推之。視聽言動。日用事爲。無在不有元神作用。但有意者屬識神。無心者屬元神。元神識神。所爭只在些子。學者須自審之。能以元神作主。返入虛無境地。欲一則一。欲萬則萬。神通無外。法力無邊。豈但入水不溺。入火不焚已哉。火候之事。別無機密。只是一個勉強自然。分文分武而已。藥未生時。必須猛烹急煉。以煨真金。如打戰然。務要振頓精神。奮勇爭先。切不可輸與他。故丹經云。降魔杵。斬妖劍。字字皆金鍼也。藥既生後。當行河車工法。若精神不振。亦難使清升而獨降。古云專氣致柔。亦不過言一心一德之專致。極其和順。非教之放弱也。總要將後天凡息停止。不可絲毫運用。蓋後天凡息。凡火也。凡火傷人不可用他。必須以先天神息。無形無象者爲主。縱有後天之息未止。我亦不理他。只心心念念。融會先天神息。而後天

之氣之分  
在於虛實  
有無但氣  
中亦有分  
氣氣之清  
濁者多虛  
有能便濁  
者反乎太  
清實者轉  
於虛無然  
後實動而  
動息動而  
通氣動而  
於自然通  
乎無爲則  
三寶通靈  
自可由無  
心以得之  
然藏於息  
然之爲然  
在先天地  
性中之玄  
似虛實實

凡息。一聽上下往來。我不採他。張他。與他作一個主。即得先天神息之用。於是身心內外。自如水晶塔子。琉璃寶瓶。通天通地。互古互今。覺得天地人物。無不與我一體。兩相關切。迨至二元混合。返乎太古之天。此時用火無火。幾於大化流行。上下與天地一也。學道人第一要煉劍。劍即先天元氣也。第二要鑄鏡。鏡即先天元神也。神無雜妄。常常喚醒。不許走作。即明鏡高懸。物來必炤矣。氣由積累。時時提掇。不放他弱。即慧劍排空。能斬三尸矣。尤要有繩繩不絕。堅固忍耐之心。方能久道而化成。否則時作時輟。不能到左右逢原之候。此即中庸云智仁勇三者。天下之大德。是慧即智也。慧劍即勇也。恆久不已。日夜無間。即仁而守之也。爾等須向身上實實討出憑據。方有把握。吾觀諸子用火有傷。不是用力之過。是動後天三焦火之過。而今又近柔懦。故真陽陷溺。不經神火猛烹急煉。斷不能飛騰而上泥丸。以補腦而還精。爲長生不死之仙。所以清氣不升。濁氣日重也。此須勇往爲之。必一心一德。無許走作。方得神氣歸還。知否。

天地生生之道。不過一陰一陽。往來迭運。氤氲無間而已。無此皆後起之物也。若論其原。只是無極太極。渾渾淪淪。浩浩淵淵。無可測識。無可名狀焉。惟靜極而動。陰陽兆象。造化分形。而陽之升上者爲天。陰之降於下者爲地。天地定位。人物得其理者成性。得其氣者成命。而太極不因之有



似無真有 在後天曰 命中之妙 無從有生 虛從實化 修坐必先 定氣氣定 則動易守 動守而息 功立息功 立而蒸功 成本立道 生其在蒸 氣相通之 功乎 託虛無而 行功者於 道不窮 神之不止 何自氤氲 神之不正 久坐無功 不識不知 神之正也 或探或搜

損焉。即天地未兆。人物未生以前。而太極渾淪無際。亦不因之有增焉。夫太極理也。無可端倪者也。而實爲天地萬物之主宰。易有太極。是生兩儀。此言兩儀之發端。無不自太極而來。當其動而爲陰陽。是氣機之蓄極必洩。非太極之有動也。其動也。其氣之屈而伸也。及靜而爲太極。是氣機之歸根返本。非太極之有靜也。其靜也亦其氣之伸而屈也。要之氣機有動靜。而太極無動靜。爾學人務須明得這個源頭。始不墮於形氣之私。其在人身父母未生以前。則虛無而已。此時有何動靜。即太極也。雖然無動無靜。而靜動之機。無不包孕於虛無之內。故先儒謂理可統氣者。此也。及氣機一動。落在人身。而太極判矣。陰陽分矣。五宮百骸。從此始矣。一陰一陽。往來升降。皆離太極之理不得。若無此理。則亦塊然蠢物耳。生等旣明修煉。要採陰陽之氣機。以爲長生之藥物。尤要得太極之渾淪。才是神仙之根本。二者。不容偏廢也。如打坐時。一心凝神。除却思慮。滅去幻緣。惟以無心爲心。出於有意無意。渾渾淪淪。是得天地之始氣以爲氣者也。於是外調口鼻之凡息。內蘊呼吸之神息。一上一下。往來不息。氤氲不窮。而天地萬古不磨。即人物發生不息矣。爾等行工。務令百無存想。萬慮全消。即得太極之理也。調其神氣。運行周天。即是陰陽之氣也。夫天地之所以萬古不磨者。由此理氣之運行耳。我能效天地之無爲。而行生生不已。即盜天地之元氣也。其實

遠還人點微默來正淨萬守無不養之一氣謂受窮乃通凝斯正神久淡無母不不同  
 息順翁不微得守中一終獨終識於清點而二氣取靈乃通凝斯正神久淡無母不不同  
 通靜然主者空神心在放中知觸溫靈天氣是身通運乃聚正安息識戀聚正

有何盜哉。人與天地同一理氣。顧何以天地長存。而人物有生死耶。祇因人  
 物之生。雖抱一而居。涵養而處。無如氣自爲氣。不得無思無慮之真。於是  
 紛紛紜紜。糾纏寤寐。氣雖猶是。而理則無存矣。且理既無存。氣亦因之餒  
 矣。惟以無思無慮。無作無爲爲本。其氣機之流行。一聽諸天道之自然。  
 雖無採煉工夫。無作爲意想。而總出以之自然。運之以無迹。如此即虛合道  
 。道合自然矣。雖然。初下手時。人心起滅不常。氣息往來不定。不得不  
 勉強以息思慮。調氣息。但不可太爲着意。如太着意。皆屬後天之物。非先  
 天之道。縱云有得於身心。亦不過健旺凡體而已。不可以生法身也。知之否  
 。



火遇水則水蒸則升發則升升則凝凝而爲精神化爲神神運於虛虛而化靈靈以結氣氣穿於體體之所以能氣血活適者即氣之通於脈矣於絡之微驗也久之氣運而化輪爲圓圓爲其形形轉於平平而不偏其道若環周流下下如

## 樂育堂語錄卷二

夫人爲學之始。總要先明各人分際。如禍福死生。榮辱休戚。是非成敗。美惡好醜。皆天爲之也。而毫不操之己。惟進德修業。是我事功。修性煉命。是我學問。我可以主張得。且德業爲我之本。性命是我之根。可以隨我生死。去來自如。極之億萬年而不變。苟不自盡。而徒求之於天。不惟越俎代庖。了無所益。且將我全副精神。困在裏許。我之真實色相。湛然常寂者。且因之而汨沒矣。能見及此。舉凡外惑之來。無端之擾。全憑眼有智珠。胸藏慧劍。不難炤破妖魔。斬斷牽絆。無奈人於一念之持。不能恆久。故孔子曰。智及之。仁不能守之。雖得之。必失之。觀此。尤貴久於其道。不以有物累無物。方能以無物炤有物。綿綿密密。不貳不息。上下與天地合德。方是仁守之功。雖然。其理如此。其功匪易。當下手之初。未必能知。即知未必能守。不妨凝神於虛。調息於漠。使氣有所歸。神有所主。氣不妄動。神不外遊。久久神入氣中而不知。氣包神外而不覺。如此涵養日久。蘊蓄功深。即協天載於無聲無臭。此即吾教之真混沌。不墮旁門之寂也。吾甚怪今之儒者。以此欲淨理純。爲大道之究竟。不肯於百尺竿頭。再求虛而能實之真際。不

珠走盤如日轉空無一息之止靜極而動當知其妙與奧之發皆發于我身內之至和我心中之至虛而出於空聚於虛者神靈之來於身而補於神者也神靈者至清而潔之氣也我之氣清則神靈出於內而不來於外也修身而神靈來居已入於幻者其靈必竭

免理欲迭見。終不能成大覺如來。而且挾井蛙之見。毀謗交加。意欲傾滅吾道而後已。其間非無哲士力辨其誣。無奈一齊之傳。難敵衆楚之咻。惟有搔首問天。付之無可如何而已。此大道之所以無傳。世道之所以愈壞也。於此有獨立不移。遇魔不退。見難不辭。而一肩斯道者。其功詎不偉哉。吾爲諸子幸矣。且更爲諸子勉焉。夫立關一竅。是修士第一要務。然不得太極無極之真。焉得元牝現象。如曰有之。亦幻而不實。夫修丹之要在立牝。立牝乃真陰真陽混合而爲太極者也。但未動則混沌無迹耳。故曰無極。由無極而忽然偶動。即太極。動而生陽。靜而生陰。一動一靜。互爲其根。此陰陽氣機之動靜。即萬物之生成肇焉。大修行人將神氣打成一片。於此而動。是太極之動。神與氣兩不相離也。於此而靜。是太極之靜。神與氣自成一氣也。其曰坎離交而生藥。乾坤交而結丹。亦無非此真陰真陽之動靜爲之。亦無非此太極圓成之物致之。雖曰藥曰丹。亦非二也。不過陰陽初交。始見陽氣之發皇。迨至丹成有象。是採外來之靈陽。以增吾固有之元氣。故曰以外藥配內藥。及收歸鼎爐。封固溫養。焉有不神超無極耶。但恐克念作聖。罔念作狂。一息之不檢。或接人而爲人所牽。應物而爲物所繞。於是神爲氣馳。氣因神遷。神氣之歸一者。而今又分爲二矣。神氣既分。心志愈馳。而天地生我之靈。父母予我之德。其所存者亦幾希。古云。氣息奄奄。朝不及夕。

懸乎影者  
其神必馳  
靈竭神馳  
氣乃亡已

懸之時多  
心曠神怡  
擊之思密  
昏沉立見

真氣生然  
後元神活

若不調若  
其機而亂  
探失於邇

未嘗不自神氣分而爲二所致也。吾今叮嚀告曰。夫人神氣未交。必求其交。慎毋一念之不持。而自即於危殆。一事之不謹。而自陷於沉淪。物欲是幻化之端。性命乃固有之德。與其貪物欲一時之樂。何若求吾千萬年性命之真。又況得之不得有命存焉。非等良貴。可以由我自主。一得永得之爲愈也。吾更爲呼曰。所求無他。只是胸懸明鏡。手握寶刀。炤破妖魔之膽。拔除物欲之根。不使一有所繞焉足矣。此即古人云應事接物。時須把靜中所修得光景。時常玩味可也。總在學者振頓精神。常將真我安止虛無竅中。不許神氣偶離。即孟子平旦之氣。由此常操。常存。以直養無害。則塞乎天地之間。是但恐事物紛投。不得不用心力。然須事了事。心了心。斷不令外事之牽我心。客氣之動我主。如此用不著於用。物不著於物。四大皆空。萬緣盡滅。然而此境未易到也。其初不妨以心光目光。直炤丹田。久則神歸氣伏。自返還太極之天。古云入定工夫在止念。念頭不止亦徒然。必妄念克除。而後真息乃生。真氣既生。則元神自活。夫以氣之精爽爲心。心之充塞爲氣。氣與心。是二而一者也。吾今所示。實爲切務。藥在此。丹在此。神仙之成。亦無不在此。道豈多乎哉。

下手採取精氣。必要心息相依。神氣不違。直陽真藥。即從此發生出來。行工至此。又要知以定爲水。以慧爲火。日夜修持。隨動隨靜。總要心性空明。

早之候而徒採不足之氣欲補精而不得其補欲滿足而不傳其修隱煉得其調者凡為之生皆如是時皆可採補方名真陽方成真巧生如是則不差別而暗可謂之調不然氣不足用精不能補則大為不能生不可謂之天仙大道

定而不亂。然後此個元氣真陽。才暢發得起來。若慧覺花開。此是真慧。不可無也。今之思慮不息。智謀日多。此是知覺之心。在人謂之智慧。而吾道家則目為邪火。何也。有思慮靈巧。即有營營逐逐之私心。有此私心。得之則喜。失之則怒。怒為邪火。為身心之害者大矣。故曰瞋恚之火一燃。胎息去如奔馬。直待火滅烟消。方才歸於廬舍。所以修行人最忌者。莫如瞋恚之火。而去瞋恚之火。莫如守拙守愚。那聰明才智。半點不用。不惟不用。且必忘焉。然後真氣始育。古來得道之士。所以多愚樸也。昔子貢見一丈人。提甕灌園。曰。何不為桔槔之便。其人答曰。此機械也。從來有機事者。必有機心。吾不為也。此非仙人不能見及。此吾今日不願生多智慧。但願生等如顏子墮聰黜明。耳目之用。一概不事。斯得一心不貳。道庶幾矣。且瞋怒之發。最為真氣之累。又安能使之無哉。而要不外一覺心。未生瞋時。我惟靜定為宗。既動瞋時。我惟以覺炤之。務令隨起隨滅。庶無傷丹之患。由此思之。動為陽為火。靜為陰為水。大凡身心一動。必須慎以察之。古人慎獨之功。職是故也。總之動靜之時。在在處處。俱要無煩惱之念。須知無煩惱。必先除思慮。塞兌垂簾。動亦定。靜亦定。如此動而神氣一。靜而神氣一。自然日充月盛。學成金仙矣。吾見生各有家務。有妻室兒女。不能如方士出遊在外。毫無一點事情。必有人倫之應。庶物之酬。稍不及防。思慮糾纏。即屬

念有起滅  
即是生死  
無念則有  
身非生無  
身非死無

煉心伏氣  
入聖之梯  
亦即是性  
命雙修

凡火傷丹。吾今特將上品煉法示之。爾生務須隨事應酬。不可全不經心。亦不宜太爲計較。惟從容靜鎮。思一過即置之。行一念即忘之。如此酬應。雖日夜千頭萬緒。無傷矣。如此用心。用而不用。不用而用。益生聰明智慧。益生安閒恬淡。此即大道常存。而真氣日充矣。吾見生行工數年。疾病難捐。只緣動念起火。以傷元氣。如依法行持。元氣一壯。百病潛消。長生可得。人之煉丹。雖曰性命雙修。其實煉心爲要。心地清淨。那太和一氣。自在於此。認得此真氣。採得此氣。實只須百日可以築基。十月可以結胎。三年可以超脫。所以古云。辛苦兩三載。快樂幾千年。不然。只徒煉丹。不先煉心。吾未見有成也。由是以思人之煉心。第一難事。試觀古聖仙真。有二三十年而未得入門者。蓋以此心未曾煉得乾淨。縱有玄關秘訣。何由行得。此煉心所以爲第一步工夫。然煉心工夫。又不區區在端坐習靜間也。昔邱祖云。吾在開場學道。勝於靜處百倍。又呂祖見開元寺僧法珍。坐禪二十餘年。頗有戒行。未知真道。因化一道者入寺。見法僧問曰。爾何學。曰端坐靜養。呂曰坐可成道乎。曰然。呂曰。大凡學道先須煉心。既煉其心。尤須伏氣。既伏其氣。無論睡眠。而道俱在其中。道豈在坐乎。法珍不悟。因與上堂觀一僧坐禪良久。頂上出一小蛇。由左牀足而下入尿器。上花臺。過陽溝。呂以刀插其前。蛇畏。由右牀足上而復入僧頂。此見心地不清。化爲蛇毒。

調息要訣

不知善惡  
性空堅坐  
不動捺伏  
身心如石  
壓草以爲  
修心是大  
惑矣

百般幻妄。焉能成得仙哉。又馬祖兀坐長林。有磨磚作鏡之譏。總之。學道人必於行住坐臥四威儀中。俱要不離此道。子思子曰。道也者不可須臾離也。可離非道也。然此道精微。非舉足可企到。不如吾師所示。性是慈愛的物。事。命是身中氤氲之元氣。却將此心安意順之。念活潑蓬勃之氣。常常玩味。不許一息偶離。不令一念參雜。此即古人行住坐臥。不離者箇。者箇即性命。性命即太極也。此爲頭腦工夫。根本學問。再者學始於不欺暗室。又曰慎獨。凡視聽言動。自家時時了炤。稍違天理。即刻滅除。如此煉心。無在不是道矣。尤必加一調息工夫。方是煉命之學。然調息非閉氣之謂也。必要慢慢操持。始而有息。久則息微。再久則息無。始是命學之真。故曰伏氣不服氣。服氣不長生。長生須伏氣。此個伏字。須要認清。不可徒然閉氣數息爲也。須心無出入。息亦無出入。方是性命兼修之學。然猶未也。人生之初。始於一念。我必從混沌中認取一念之真以爲丹本。又要真氣發生。冲突有象。以爲丹頭。於是行河車工法。即長生之道得矣。如此修煉。始不似僧法珍坐禪二十年。不遇祖師。了無所得也。爾等既知此法。必要用個了炤心。恆久不已心。如此三年。大道必成。總之煉心伏氣二者。必兼而修之。若但煉心。身命必難保固。若但伏氣。縱壽亦是愚夫。生須以兩者爲法。時刻不離可也。

坐也宜默  
息也宜適  
默久自堅  
適久自充

能養其定  
自得其靜  
能守其平  
目能得通

辨時侯者  
辨之合於  
清氣先之  
先天辨形  
質者辨於

夫道曰煉已。不是孤修兀坐。清淨自好者。可能煉得本性光明。故呂祖煉道於酒肆淫房。邱祖養丹於麗春院。夫以上等根器。猶必如此磨煉性情。一歸渾樸。何況爾初學人。可不磨而又磨。以去此氣質之私。物欲之蔽者乎。不說成功之候。即今欲行河車還玉丹以延命。不經幾番挫折。焉能看破紅塵。既未看破。雖然修煉。而一胸聲色貨利。恩愛牽纏。必至到老不放。死亦猶然。生等席豐履厚。習慣安常。從來少有折磨。是以置之波靡中。喧譁擾攘不堪。一到靜處。始嘗樂趣。方知妻室兒女。概屬塵緣。即血肉身軀。亦是幻化之具。除道而外。皆與我無干涉也。由是塵垢一清。煉藥有藥。採陽有陽。燒丹有丹。不然。以私欲滿腔之身。安得有鉛花之發。縱云有水有火。神氣不敗。此心一走。坎離何交。陰陽難合。而先天一氣。又從何而來哉。孔子三戒。顏子四勿。實入聖之至理。煉已之要言也。雖然。猶未也。修煉以精氣神為主。如不寶精裕氣。則神不入氣。氣不伏神。不能打成一片。猶男精女血。各居其所。兩不相合。安有生男育女之時。學道人欲求一元真氣。始也水火不交。安有真鉛之產。及真陽一動。不行河車工法。交媾乾坤。安得成丹。如此神了神。氣了氣。不相凝聚。焉得無息之息。以成先天法身。不神之神。以配兩大乾坤乎。生等須認取先天之精氣神。於是加以煅煉。對美景而依然不動。任紛華而不稍改移。只有進火行符。水中金生。進火有度。火裏



重濁後之  
後天貪妄  
尊以微露  
端倪已落  
後天重濁

罪莫大於  
傷天功莫  
大於事天  
存心養性  
孝之至也

水發。退符有功。日運已永。已固陽精。此煉己之要學。亦變化氣質之實功也。吾願生初行煉己。不辭勞瘁。庶入室之時。六根大定。一念不生。自能到混沌沌之候。有恍惚杳冥之機。此即先天一氣從虛無中來。亦即玄關一竅。從無生有。庶與我當日生身受氣之初一般無二。何也。先年投胎奪舍。從恍惚中一念而來。與父母精血胎合。今不順而逆。乃合陰陽坎離。團聚一區。以尋我先天真意真氣。夫真意。即我投生之主宰。真氣。即我投生之廬舍。真意。即我得天之理以成性。真氣。即我得天之命以成形者。煉己純熟。方有真神。真氣。得與天地清空靈陽之氣。渾合爲一。於是進退溫養。日夜不息。久則化形。而仙道成矣。如今學人不知煉己事大。乃行一時半刻之功。希圖得藥成丹。不惟無益。且意馬心猿。妄動妄走。後天火起。必傷丹而焚身。不惟不能却病延年。而反增病促命也。生等勉之。動要苦行忍辱。推遣自家內魔。積功累德。消除歷劫外障。自然天神護佑。大丹可成矣。煉丹之道。始以離中之無。求坎中之有。到得陽氣萌動。然後以坎中之有。會離中之無。有有無之名。必有無之義。諸子須知陽生有象。一經採取煨煉。渾化爲無。如此之無。即虛無清淨之藥。是是即未生身處一輪明月也。果然悟徹本原。不落凡夫窠臼。當其有也。是無中之有。當其無也。是有中之無。雖一陽初動。活子時到。氣機似有可象。而究之心無所有。仍是先天



周天

性靈之存  
存於谷神

神靜而后  
靈動靈動

之有。斯爲真有。及藥氣歸來。汞與鉛混合爲一。雖謂之無。其實氣機之流動。又何嘗全似於無。如此之無。乃是有中之無。方爲真無。是則有也。無也。特氣機之起伏耳。而其真元則不在有無中。却不出有無外。總之流通活潑者氣也。虛明洞達者神也。惟於氣機之中。有此了靈之景斯得之矣。再示諸子。神氣之要。氣機運行。而心神不爽快者。斯神未與氣交也。所謂鉛至而汞不應。若心神已快。而氣機不甚充滿洋溢者。斯氣未與神合也。所謂汞投而鉛不來。到則真鉛汞融會爲一。然後以如來空空之心。合真人深深之息。相吞相啗於黃房。如靜極而動。即忙起火。動極而靜。又須停符。任其一升一降。往來自如。合天地之造化。與日月爲盈虧。是爲小周天法工。古人謂一日十二時。皆可爲。如覺炤則用。不覺炤則不用。若行大周天法工。則不似小周天有間斷。所謂無來無去。無進無退。不增減。不抽添。一日一夜。惟有綿綿密密。不貳不息。動如斯。靜如斯。行住坐臥。亦無不如斯。而要惟以一個了炤心。常常覺炤。不稍間斷而已。若稍有間斷。即與走丹無異。所以爲大周天煉神還虛之大造化也。吾教諸子。第一以煉心爲要。而今修士多有不從此下手。後來傾倒者多也。尙其鑒之。

元神者。修丹之總機括也。藥生無此元神。是爲凡精無用。不能結胎。還丹無此元神。是爲幻相不能成嬰。吾竊怪世之修士。徒知精氣爲寶。不知

而后性靜

機出修煉  
之主萬有  
主於一靈

合性靈心  
神之羣以  
濟人濟己

以道之至  
妙處合而  
一之乃能  
萬形歸本

道有其基  
基固於靜  
乃有其基  
機生於動

元神爲主。總說成藥。亦不過保固色身而已。烏能成聖胎哉。吾今爲生道破。夫所謂烹煉陽神者。即此元神。採而服之。日積月累。日充月盛。而成之者也。不然。何不曰陽精。陽氣。而必曰陽神哉。可知煉丹者。即煉此元神一味爲之主也。然此是上上乘法。以成金液大還之丹者。若中下兩品。雖不全用陽神。亦却離不得陽神。若無陽神。凡精凡氣。亦不能凝結於身心。以成長生不老人仙。若最上乘法。純是陽神一件。雖不離精氣二者。然不過爲之補助而已。生須要認得元神清楚以後。才有作用。夫元神。即無極而太極也。當其虛靜無事。渾渾淪淪。無可名狀。及氣機不觸。忽焉感孚。躍然而動。此躍然一動之際。即是真正元神。易曰寂然不動。感而遂通天下之故。是也。若未動時。先存逆料。是未來心。若已動後。猶懷追憶。是過去心。忽感忽應。忽應忽止。是即元神作用。其中稍有計較。不能隨應隨忘。是謂現在心。皆不名元神。由此採取。即帶濁穢。總使養成。難以飛騰變化。去來自如。吾今略爲抉破。生好好用工。以行採取焉。然微乎微乎。妙哉妙哉。非上根法器。加以以學問優。見識到。則不可語此也。又云。玄關一竅。即此偶然感動之陽神。又云。玄牝之門。亦此陽神之觸發。然有分別。玄牝之門。是陰陽交媾之後。一元之氣。細細溫溫。始有朕兆。若陽神。則是氤氲活潑之氣中。靈而覺者是。雖然是一。究竟一也。故太上云。谷神不死。是謂玄牝。

性氣其疾  
靈乃惡焉

以精氣修  
之未善  
也以元神  
修之是矣  
猶不若修  
之以先天  
虛無自然  
之清靈

春藏精  
夏養神  
秋活潑  
冬和平

煉丹無此陽神。其所汨沒者大矣。雖然此元神者。亦即清清淨淨。無雜無染。一心一德之真意也。其靜也元神主之。其動也。元神主之。及其採而爲藥也。亦元神爲之運用而轉旋也。元神之用誠大矣哉。生善會之。切莫加一念。生一意。一日十二時中。常動常覺。常應常靜。不怕他萬感紛投。俱是此個元神作用。否則落於後天甲裏。那一點靈光。反隱而不見矣。

人生斯世。孰能跳出陰陽之外。不爲氣數所拘。況風寒暑濕。最易相侵。在虛弱之人。冒茲邪氣。多成病患。此何如之苦惱也哉。而且富貴貧賤。病老死生。以及是非榮辱。離合悲歡等等難免。嗚呼。人生天地。誠一牢籠也。諸子現居火宅場中。曾知人生之苦厄。不若爲仙之快樂否耶。幸有大道留傳。諸子當用心行持。一劫造成。以免生生世世之煩惱焉。吾今爲諸子幸。又爲諸子危。幸者。幸聞其道。至此已有成仙之基。危者。危其修道不動。終難超天地之外。吾示一法。其始恩愛牽纏。名利關鎖。不能割者。咬著牙關割去。不能捨者。忍著心頭捨去。始而勉強。久則洒然無欲。脫然無累。而金仙之階堪入矣。否則半上半下。拖泥帶水。終不能超出三界外。又況有德者。自有道。德修一分。即道凝一分。德修十分。即道凝十分。故太上三千功。八百行。爲修仙之首務也。到得道果已成。回視人間富貴。真是污穢不堪。有厭之而不忍聞見者。試思清空一氣。豈容渣滓相參。猶爾世人。身著

火候

平日不能  
善養而欲  
僅持臨坐  
時間豈止  
一暴十寒  
終歸滅亡  
而已

注意神氣

朝衣朝冠。肯與塗炭之人處乎。諸子勉之。吾師無一言半句誑汝也。前日教生採陽。是採取元神也。又云以元神幹運其間。豈不是以神役神乎。非也。採取之陽。元神也。採取之神。真意也。以真意採元神。由是聚精累氣。煨之煉之。則元神日壯。而金丹可成矣。又云水府之金。是鉛生癸後也。於是以鉛伏汞。然後煉出先天一點真氣出來。烹而餌之。煨成玄黃至寶。故金液大還。然吾猶有說焉。夫藥得矣。而猶必有火候。火候不明。終難結丹。古云。藥物生玄竅。火候發陽爐。斯時金已煨出。惟有略用一點真意採而受之足矣。若藥未出時。不妨溫溫鉛鼎。故曰藥未出鑛。須猛火。藥已歸爐。宜溫養。足見藥生之火武火也。藥還之火。文火也。火候文武。只有意無意之分焉耳。其餘周天火候。只一個溫溫神火。不即不離。斯無危殆焉。故曰凝其神。柔其意。蓋神不凝。則丹不聚。意不柔。則火不純。火不純。而丹亦難成也。故升降之際。有沐浴抽添者此耳。到得藥氣已上泥丸。尤當一意不散。一塵不起。凝聚精神。團於一處。溫養片刻。然後腦中陰精。化爲甘露神水。滴入絳宮。冶煉片時。而後化爲金液。歸於丹田。溫養成珠。此處務須溫溫鉛鼎。以行封固可也。然此封固。內想不出。外想不入。人到知之。若泥丸宮內。凝聚一時。烹煉成藥。人少知也。夫以此個宮內。極是清虛玄朗。落於後天。致有渣滓之窒塞。所以其神不清。其心不靈。常不免於昏懵。若能舉

坐氣不變  
坐神不妄  
坐形能堅  
坐炁自固

形者內形  
之謂  
之謂  
之謂

聚半晌。則濁氣自降。清氣自升。常與天地輕清之氣相通。苟能久久溫養。則清氣充而濁氣去。不但身體康強。顏色光曜。而金液大還。無非由此靜養之功積成也。

所謂真一之氣。乃鴻濛未判之元氣。混沌初開之始氣。生天生地生人生物。莫不由之。成仙成佛。亦豈外是。以故修道之士。必於此氣認得清以後。才有作用。其在人身。雖貫乎精氣神之中。而實無跡可尋。非口鼻呼吸之凡氣。非虛靈知覺之靈氣。非坎離心腎之動氣。在先天而不見其先。居後天而不見其後。先天則生乎陰陽。後天則藏於陰陽。所謂肫肫其仁者。是氣之發育無跡也。浩浩其天者。是氣之充塞無間也。淵淵其淵者。是氣之歸藏無跡也。程子謂放之則彌六合。卷之則退藏於密。中庸云。語大天下莫載。語小天下莫破者。言其昭著發見。無處不到。無微不入。並無有罅漏之所。噫元氣之在天在人。均如此其極。不知生亦曾會及否耶。近來諸子氣機初動。其來無端。其緒尙微。未必即有此境。然由平旦之夜氣。些些微微中。把持得牢固。確切不移。庶幾日積月累。無處不是此氣之流行。到此地位。才知真一之氣。實可超三界而出六道。不入五行八卦中矣。其氣之神化爲何如哉。雖非後天之精氣神。亦非先天之精氣神。實爲後天精氣神之根本。先天精氣神之主宰。想像不得。擬議無從。此又如何得以得煉成一黍之珠耶。無他。只以人

身真陰真陽。團聚一處。久久醞釀。庶得真一之氣於虛無窟子中。若不知真陰真陽。以團先天元氣。而於凡陰凡陽中求之。一任經年累月。亦不得真一之氣。即略生恍惚影子。不免以真作偽。以幻爲空。終與凡夫無異焉。雖修煉始基。不離凡陰凡陽。而要不過假後天之氣。以圖先天元氣。若得先天元氣。那後天凡氣。殆糞土耳。有何益哉。諸子得此元氣。當知終日終夜。靜定涵養。不許外邪參入。亦不許真氣外出。積之久久。澄之淨淨。自由夜氣而養至浩然之氣。以超乎天地陰陽之外。斯時也。自然人欲潛消。天理渾全。那平日之七情八識。不知消歸何有。是氣也。殆能化欲爲理。轉殺爲生。學人能認得此真氣。日夜用功。方有長益。不然難矣。若打坐時。不先將六根六塵。一齊放下。大休大歇一場。驟引凡息上下往來。以希此真之一氣。未有能得者也。惟能於大靜之後。真陰真陽。方能兆象。吾然後以離宮之元神。下炤水府。則水府之金。自逢勃氤氲。直從下田鼓盪。所謂地湧金蓮是也。我於是取回中宮。再加神火溫養。久之此個元氣潏然而上升混丸。所謂天垂寶蓋是也。我於此凝聚片刻。以藏於宥密之地。此即順天地造化之機。合盈虛消長之數。如是而不結丹成嬰者。未之有也。此即易之乾卦中已備露其機矣。何也。初九潛龍。即大休歇一場是也。九二見龍。即元氣初動於下田也。九三朝乾夕惕。即以此氣回於中宮。內想不出。外想不入。防危杜漸

靜宜澈底  
否則有害  
不受小着  
着之不着  
觸之不動  
方名人格  
見幻不幻  
性體乃安

息覺

御夾雜  
元神真性  
皆死於知  
谷神不死  
爲聖識也

之義也。九而躍淵。即靜着久久。忽覺一縷真氣。直從下田。冲突而來。然非真有也。故曰或之。九五飛龍。即此氣升於泥丸。陽氣極盛之時也。上九亢龍有悔。即此元氣動極欲靜。我必引而歸之虛無一穴。斷不貪圖逸樂。致令此氣長放光明。庶無過亢之弊。諸子深知易道。亦曾悟及否耶。

前示玄關一竅。的是千真萬聖傳授心法。學者上手興工。必將雙目微閉。了炤內外二丹田之間。不即不離。勿忘勿助。久之息去一息來。息息相依。恍覺似有非有。似虛非虛。那口鼻之息。渾若無出無入。此即凡息停而真息見。坐到息息歸元之後矣。學人到此。不知向上層做去。往往探得此個真息初動。速行下榻。不肯耐心靜坐。以煉氣而歸神。雖能保得後天色身。究不能見先天本來人也。修煉至此。又必再加煅煉。將那先天元息。慢慢向爐中吹噓。久久調和。忽覺丹田中滾滾轉轉。不有如有。非真似真。恍若有一清明氣象。但不可起明覺心。又墮於後天知覺。而不可語先天玄妙矣。諸子務要斂盡明覺。一毫不用。即經書所謂收斂光明。澄神靜坐之義也。如此渾噩久之。自然精化爲氣。氣化爲神。而先天一點置元現象。即玄關一竅大開矣。然而玄竅雖開。未經神火猛烹急煉。猶不能隨遇而安。無入不得。往往一見可欲則愛生。一見可怖則懼生。夫以元氣未壯。元神未老。尙不能隨圓就圓。隨方就方。而與世浮沉。隨時升降焉。惟有調息綿綿。養氣既深。一任可驚



實大開  
其效如是  
形氣相合  
其氣乃固  
靈形相凝  
其實乃強

先天之本  
氣母氣子  
後天之本  
氣子氣母  
清氣生靈  
濁氣化形

堅於無形  
而後有形  
凝無於質

。可怒。可樂。可哀之事來前。我心自有主宰。毫不能入而亂我神明。非孟子所謂居廣居。立正位。行大道。富貴不淫。貧賤不移。威武不屈之大丈夫耶。諸子如今興工。未必即有此個氣象。然亦不可謂全無也。當立歿初開。不過具機甚微。及養之久久。直覺平日之氣息不能收納者。至此自然收納。平日之心神不能靜定者。至此自然靜定。朱子所謂昨夜江邊春水生。鱗鱗鉅艦一毛輕。向來往費推移力。此日中流自在行是矣。如此之動。方是真動。否則此氣尙粗。此神多走。猶未爲真現也。諸子欲見真歿。惟此息調心靜。氣閒神安。爲真把柄。不然。有爲而爲。有思而得。亦不無立歿之動。而究之一時而見。移時即非。不似此自然而然。由靜存動察而得者之能耐久也。諸子務於此處認定主腦。一力前進。何患不到先天地位。

人生在世。竟不如草木之生生不已。或一世爲人。轉世即墮畜道。或一生受福。轉生即遭慘刑。此豈天地之不仁哉。夫以無知草木。尙知歸根返本。以完乎生生之舊。而人則氣拘物蔽。日就銷沒。不能復其本來之天。是以天雖有生育之恩。雨露之潤。而無如生理之不存。生機之日殞何也。吾師哀愍世人。特教人返本還原。永無生滅之患。即不然。亦可保厥本根。不至沉淪於三途六道也。吾常言下手興工。莫如人之眼目。蓋目者。神之光也。學人每每好貪外光。顯呈於雙眸之前。以爲金光煥發。即修真之效驗。豈知天道貫收而不



而后有質

天人性靈  
合於泥丸  
地人命靈  
合在滯溪

息運之功  
本於自然  
行於坦途

貴發。人道又何獨不然。古仙云。太陽流珠。常欲去人。逆而納之。則金華內蘊矣。苟不知逆而喜順。常將神光發越在外。馳於視聽言動之妄。貪瞋癡愛之非。日殞日銷。即欲長有此身。猶且不能。而況身外有身。爲千萬年不朽者乎。惟有垂簾塞兌。常將我一點靈光。收入虛無窟裏。不出入。無慮無思。久之金光養足。自可化爲陽神。而爲我身主宰。且可以化數千百萬陽神。充滿於虛空上下。而爲至玄至妙之神仙焉。豈特一靈炯炯。洞見如來已哉。但恐太陽流珠。有欲去人之意。而我即隨其流而逐之。則元神日枯。元氣無存。生機遂絕矣。此件工法。渾無難事。只須稍有意思。將目光收斂之足矣。昨言元神幹運其間。究竟元神在人身中。藏於何所。長於何地。有曰方寸之地。爲元神之居。有曰玄關之內。爲元神之宅。又曰。天谷元神守之。自真此三處皆元神之所棲。但不知下手之初。何處爲始。易云。洗心退藏於密。是又聞古云。方寸之地。吾身之堂也。玄竅之內。吾身之室也。衆人則守神於方寸之地。耳目得入而搖其精。修士集神於玄竅之間。耳目無門而窺其隙。如此看來。下手之時。即當集神於玄關竅中。虛無閣內。庶幾混沌沌。杳杳冥冥。無人無我。何地何天。方能養成不二元神。若不藏於隱幽之地。而常於方寸中。了了靈靈。未有不馳於塵情俗慮。而日夜無休息也。何謂天谷。蓋人頭有九宮。中有一所。名曰天谷。清淨無塵。能將元神安置其

天谷  
落日惟守  
實於帶仔  
息於執徒  
靜不動必  
成枯木死  
灰安得循  
功不息之

以神守姿  
不以性守  
姿以靈通  
息不以靈  
命通息  
活潑而性  
自存圓通  
而命自保  
神雖守見  
機而作靈  
雖通徹  
仍復其原  
二者不背

中。毫不外馳。則成真證聖。即在此矣。所以黃庭經云。子欲不死守崑崙。是可見守此天谷。有無限妙蘊也。諸子知之否。

學人欲歸根復命。惟將此心放下。輕輕微微。以聽氣息之往來。若氣太粗浮。則神亦耗散。而不得返還本竅。爲我身之主宰。若聽其氣息似有似無。則凡息將停。胎息將現。而本心亦可得見矣。古人謂心易走作。以氣純之是矣。苟不知聽息。以收心習氣。則神難凝。息難調。而心息亦終難相依。此聽息一法。正凝神調息之妙訣也。果能以神入氣。煉息歸神。則清氣自升。濁氣自降。而一身天地自然清寧。到得天清地寧之候。瞥見清空一氣。日廻環於一身上下內外之間。而非第胎息發現已也。尤要知此個胎息。非尋常。是父母未生前一點元氣。父母既生後一段真靈。性得之而有體。心得之而有用。在天爲樞。在地爲軸。在人爲歸根復命之原。人欲希賢希聖希天。舍此胎息。無以爲造作之地也。諸子近來用功。惟將心神了炤不內不外之際。虛心以聽氣息之往來。庶幾神依息而立。氣得神而融。未生前一團胎息。可得而識矣。由是言之。此個胎息。誠修煉之要務也。夫豈易得者哉。古云。入定工夫在止觀。何以止。止於臍下丹田。何以觀。觀於虛無法竅。如此。則心神自定。慧光日生。以之常常了炤。於不覩不聞。無聲無臭之地。而胎息常在個中矣。若但粗定其息。未入大定。此謂胎息自動。則失之遠矣。人到胎息

性命合一  
辦胎息之  
真景

芎中有火  
火中有芎  
生於呼吸  
之地一杯  
茶後逼呼  
吸之氣由  
爐右取坎  
中真陽入  
爐左補離  
中真陰陰  
陽相濟然  
後繞爐三  
匝而封之  
待新芎再  
生由左入  
右繞爐一  
匝而開之  
爐開芎始  
入鼎復行  
烹煉

真動。一身蘇軟如綿。美快無比。真息冲融。流行於一身上下。油然而上騰。勃然而下降。其氣息薰蒸。有如春暖天氣。熟睡方醒。其四肢之快暢。真有難以名言者。到此地位。清氣上升於泥丸宮內。恍覺一股清靈之氣。直冲玄竅。耳目口鼻。亦覺大放光明。迥不同於凡時也。他如凡息初停。胎息亦不無動機。總不若此大定大靜之爲自得耳。吾昨教棲神泥丸。只須以一點神光。默朝上宮。不可太爲着意。着意則動後天濁氣。猶天本清明。忽然陰雲四塞。則清者不清矣。此中消息。說來爾諸子慢慢揣度。

當夫靜坐之時。一心返炤於虛無祖竅。務令無知識。無念慮。塵垢一空。清明嘗見。庶幾混沌沌中。落出一點真意。即是先天之意。從此有覺。即先天之覺。從此有動。即先天之動。此非難得之時也。隨時觀炤。無不如是。但恐渾淪之候。無有渣滓。而却以昏沉處之。毫不自主。或於混沌中。忽有清明廣大之象。不勝歡欣鼓舞。而以好事喜功之心撓之。無怪玄關一竅愈求而愈不見也。今教生於動靜之際。無論氣機動否。我惟以了炤之心。覺之守之。則主人常在。而大丹不難成焉。總之。清明之神。由混沌而來。故古云。修道之要。不在塵勞不在山。直須求到窈冥端。夫窈冥端。即虛極靜篤時也。虛之極。靜之篤。而真精真氣真神。即從此而生。古人謂玄竅一開。即如太極一動。陰陽於此分。又謂伏羲一畫。兩儀於此兆。其間千變萬化

患思綿綿  
有來有去  
綿綿思思  
無去無來  
此對爐之  
火候也

辨明凡息  
真息

。無窮無極。莫不由此混沌一刻立其基。足見玄關一竅。隨時都在。只須一覺心了炤之。主宰之。則玄關常在。而太極常凝矣。特患人不入於杳冥。無患玄關之不發見也。要知此個杳冥。不是空空可得。須從動極而靜。真意一到爲之造化。才能入於杳冥。及靜極而動。此時陰陽交媾。將判未判。未判欲判。恍恍惚惚中。忽覺真鉛發生。此即玄關現象。全賴元神爲之主持。吾師見生迷於此個消息久矣。今將妙理一口吐出。俾生等知得玄關一竅。無時不有。無在不然。但以神主之足矣。至於氣機之消長。且聽其盛衰。而主宰切不可因之有消長。此即是真正妙訣。吾師昨言胎息。此中亦要分明。夫胎息。非口鼻之凡氣。非丹田之動氣。非知覺之靈氣。原人受生之初。父精母血。媾成一團。此時是個渾淪物事。並無氣息往來。只是個中微有一縷熱意。與母臍腹相聯。自脫胎而後。剪斷臍帶。即令起呼吸。直從口鼻出入。而天地一點靈陽之氣。只落於中丹田。凡息一起。胎息即隔。一點元氣。不能住於中者。自離母腹時已然矣。雖然。莫謂竟無也。人能一心靜定。屏除幻妄。回光返炤於印堂鼻竅。自然漸漸凝定。從氣海而上至泥丸。旋復降自中田。何莫非此胎息爲之哉。雖然。先天之胎息。非得後天之凡息。無以運行。後天之凡息。非得先天之胎息。無以主宰。人能凡息一停。真機一現。凡息都是胎息。若雜念未除。塵心未淨。縱胎息亦是凡

先天一炁  
從虛無中  
來片刻之  
間凝而成  
丹所謂一  
時辰內管  
丹成也  
神明戊己  
性炁氣自  
通氣通丹  
自結

妙於升降  
者由顛倒  
用之火進  
足則顛倒  
之以爲降  
事於升採  
取方有得  
事於降烹  
煉方有成

息。學者識之。修煉之道。與天地開闢之道。同是一理。即如而今下元。世道澆漓。人心險詐。亦已甚矣。不將水火刀兵等劫。以掃除之。則混亂之天下。其何有底止哉。人身亦然。當此私欲正甚。血氣就衰之年。不先從極動之處。漸而至於靜地。則人心不死。道心不生。凡息不除。真息不見。故必動極而靜之際。忽來真意以主持之。此意屬陰謂之已土。少焉恍恍惚惚。似夢非夢。似醒非醒。於此定靜中。忽覺一縷熱氣。混混續續。兀兀騰騰。此即神融氣暢。兩兩交會於黃房之中。不由感觸。自然發生。此即立闔兆象。太極開基也。惟用一點真心發真意以收攝之。此意屬陽。爲戊土。其實一意。不過以動靜之機。分爲戊己二土而已。蓋以立牝未開。混沌之中。有此真意爲主。即無欲觀妙之意。及立牝開。而真機現。即有欲以觀寂。一爲無名天地之始。一爲有名萬物之母。生天生地生人生物。皆此一點真意爲之機括。我於此急以真意運行。庶不致感而有妄思。動而又他馳。所謂天關在我。地軸由心。宇宙在身。萬物生心。皆此時之靈覺爲之運用而主持也。故曰。略先一意。則真機未現。採之無益。略後一意。則凡念有起。採之多雜。學人多於此間認得清楚。純以真意主持。毫不分散。久之氣機大有力量。一任隨其所至。我不加一意。參一見。惟了了之。而主持之得矣。但生等纔初有象。必至靜處收持。到得氣機壯旺。一靜即天機發動。迅速如雷。雖一切喧嘩



若不識此  
大關節萬  
萬不能成

南岳大師  
晝夜攝心  
至二十一  
日即通風  
慧不取善  
不捨惡淨  
機兩亡  
盡十方世  
界皎皎地

之地。開攘之鄉。其機亦不能禁止。總要有靈覺之心。庶無差忒。修煉一事。不是別有妙法。無非觀天之道。執天之行而已。如春夏之際。草木暢茂。花卉盈疇。何其蓬蓬勃勃之無涯若是耶。又誰知發洩中。尙藏收斂之意。古人謂夏至陰生。猶後也。秋冬之時。物彙彫殘。霜雪凝結。何其氣象之慘淡若此哉。又誰知摧殘內。自寓發皇之機。古人謂冬至陽生。猶末也。以此觀之。足見陽中生陰。陰裏含陽矣。學道人。當其龍虎相鬪。水火相射。一似春夏之萬物滋榮。我於其中須如自如。了了自了。不隨氣機之動而動。是即陽裏生陰也。即氣機一靜。龍降虎伏。水剛火柔。兩兩相合爲一。此即秋冬歸藏之象也。我於此時。必人恍惚杳冥之境。欲不令昏昏似睡。亦不使昭昭長明。却於寂寂之中。而有惺惺之意。在我不隨氣機之靜而靜。此即陰中含陽也。吾再進爲告曰。修道人務將一切閒思雜慮掃除。粗息暴氣收攝。然後凡陰凡陽。盡息於外。而真陰真陽。始發生於內。古云。若要人死。除非死過人者。此也。人若不肯耐心靜坐。以除凡思。凡慮。凡息。凡氣。縱說我心能靜。我神亦寧。亦是粗粗之神。不足以成道。惟能掃得乾乾淨淨。呼吸之息。若有若無。思慮之神。無出無入。我於此一任寂然杳然。惟以主人翁坐鎮中庭。不動不搖。如此溫養。自有真陽從虛無窟子出。若不由他自動。却以心去推移斗柄。皆由我之造作存想而來。一任搬運不停。

無一絲頭  
看有一絲  
頭即是一  
絲頭

若不顧其  
自然而強  
爲運行之  
則坐者必  
入於懸修  
者必得其  
幻處世者  
必得其悔  
吝矣故曰  
命不可運  
也

入手要訣

氣定精結  
而後水火  
相濟鼎鍊

終年竟月。祇是後天識神。引起後天凡氣。不可以成丹也。諸子務於心息相依。陰陽交會之時。久久涵育薰陶。必使我真陰真陽。凝成一黍之珠。然後有真種焉。有真種猶不可欲速成功。以期玉液丹成。且必俟我者個黍珠。水火淘汰。陰陽含養。果然老壯。如胎嬰在母腹中。臟腑肢節。百體俱全。方可成完人。吾觀諸子。每每一入杳冥。即起個計較意。不然。亦多有隨其杳冥昏昏而睡。全不以主人翁安神靜坐。看守其中。所以學道人無不有丹。只爲起大明覺。夾後天識神而散者。有之。即不起明覺。或因神昏氣倦而沒者。亦有之。所以丹之不結。道之難成也。從今後。靜坐一次。管他杳冥不杳冥。總將我元神發爲真意以爲之主。即至杳冥久久。真陽發生。我亦以元神主宰之。而變化之。此外不參一見。加一意。方是吾師上上乘修煉之道。近時修養一事。坐下存神入聽。務將萬緣放下。然後垂簾塞兌。回光返照於玄玄一竅之中。始而神或不凝。息或有粗。不妨以數息之武火。微微的壹其志。定其神。如是片晌。神凝息定。然後將心神放開。不死死觀炤虛無一竅。惟存心於聽息。此個聽字。大有法機。莊子云。壹若志。無聽之以耳。而聽之以心。無聽之以心。而聽之以氣。要知此氣。不是口鼻之氣。不是腎間動氣。更不是心中靈氣。此氣乃空中虛無元氣。生天生地。生人生物者。此也。惟能存心於虛無一氣。此心此神。即與太和元氣相往還。所謂神氣

無沸灼之患已  
以心觀道  
以道觀心

聽法

數之所不能拘者先天之理數之所不能逃者後天之氣

守而弗走乃能充氣堅而不惑乃能固精充固而後丹冲自然

合一。烹煉而成丹也。若著凡息。還不是神與凡息相交。又何以成丹哉。經云。不神之神。真神也。無息之息。真息也。我須於混沌中。落出先天一點意。以之翕聚元氣。是元神與元氣相交。而大道可成。苟有粗息。我即輕輕微微。將此凡氣收斂至靜。到凡息已停。不問他元氣動否。而元氣自在個中矣。我當凝神以正。抱意以聽。此亦陰陽交媾之一端也。況乎下手之時。口鼻眼目之竅。皆能固閉。獨有者個耳竅。尙未盡閉。我一心以聽。即耳竅常閉。而衆竅無音矣。此個聽法。第一修煉良法。如此久聽。自然真陽日生。而玄牝現象矣。

天地雖寬。原有鬼神之靈主宰於其內。以爲吉凶禍福者也。古云。暗室屋漏之中。無時不有鬼神。質之在旁。臨之在上。不是彷彿之見。是的确確有相在爾室者。故人能清淨其心。無私無欲。所與共往來者。無非清明廣大之神。若昏蒙蔽塞。奸詐邪淫。所感召者。盡是魑魅魍魎之類。足見同聲相應。同氣相求。天下事無不如此。觀此而慎獨之功。其可忽耶。吾傳授聽氣一法。亦是一個名目。要不過教諸子三寶閉塞。全無一點浮游之氣著於外。所謂真氣半點不滲漏。而大丹可凝者。此也。亦要知得聽而無聽法則。若一著於迹。著於意。卽落邊際方向。不可以言本來之道矣。知否。而要不過凝神於虛。合氣於漠。常惺惺天。活潑潑地。一身無處不炤。却一身並無所炤。



失於故講  
之宜  
修持日損  
損者損心  
中之所知

意與心合  
作雙忘而  
俱寂方得  
真息若  
相背馳必  
致全局燬  
滅無遺故  
曰一體難  
修真寂滅

斯道得矣。至於鼻竅。是從父母媾成一團之際。氤氲氤氲中。那個精血肉團。有一線如絲。包於周身。此時借母之氣。漸吹漸長。竟成任督二脈。先生兩個鼻竅。故古人謂鼻爲始祖。是自生身下地。另開門戶。別立乾坤。而呼吸從此起。此時先後二天之氣。猶合爲一也。迨知識開而私欲起。扞格于外。純是一團躁急之氣。而天地清空之氣。自此漸相違矣。所以年少日長。及壯則消者。職此故也。吾師悲憫世人。生死無常。輪迴不已。因示人返還之術。先教人視鼻端。其即做天地生物之理。逆而修之於身。以成長生不老之仙者歟。要知是法也。非理也。諸子須要有視無視。有心無心出之。斯得其宗旨矣。他如煉精化氣。雖是下手初基。要知人無精則無氣無神。亦猶燈之無油。則無火無光也。但云煉精而不知生精。又將何以爲用哉。黃帝云。精不足者。補之以味。後人解釋有節飲食。薄滋味之說。又古人云。精以靜而後生。術家以搬運按摩動搖其精誤矣。廣成子云。毋搖爾精。毋勞爾形。毋俾爾思慮營營。乃可長生。此可見保精之道。又在乎身無搖動。心無雜妄矣。古人云。精由情感而動。精欲動而窒其情。情由目見而生。情一生而冥其目。保精之道於此完矣。人果能凝神調息於方寸。一心不散。一息不出。猶天之氣下。地之氣上。上下相融。自然成雨。精之生也。又何異是。只怕心不靜。而息不調。上下不相混合。斯精所以日消也。至如心中靈液下降。則無形色

寒之不寂  
實無何運  
興永不升  
命奚自立

可見。而泥丸陰精。化爲甘露。此有可以窺者。但要勤修煉耳。否則著有著無。皆耗精者也。至於精已化氣。則神氣混合。心息相依。其身體內外。泰然融然。有蘇軟如綿之意。此即氣生之兆也。但此氣生時。即玄關竅開時。古云陽氣始生。此身自然壁立。如岩石之峙高山。此心自然凝定。如秋月之澄潭水。洩洩融融。其妙有不可得而擬議者。故古云。奇哉怪哉。玄關頓變。了似婦人受胎。呼吸偶然斷。身心樂容腮。神氣真混合。萬竅千脉開。蓋此時有不知神之入氣。氣之入神者。然又非全無事也。不過杳冥之極。有如此光景耳。寂寂中自然惺惺。舉凡身內身外。略有微動之機。無不及覺。以後煉氣化神。溫養泥丸之宮。化盡陰霾之垢。自見神而不見氣也。諸子了然於心。庶不悞入岐途矣。

修煉工夫。進一步更有一步。直到真空妙有。才算大丈夫功成名遂之候。莫說修煉一道。至虛至細。不可以層次計也。即日用應酬之類。亦是由淺而深。要做到無人無我。無壽者衆生諸相。才算與人無忤。又如人欲向善。必先語以因果報應。才肯出力捨財。及習之久久。然後語以仁義之行。不邀功不計名。從此引入大道。亦是神聖苦心。昔莊子云。名利者。天下之公器也。只可以少取。而不可以多得。仁義者。天下之遽廬也。只可以一宿。而不可以久留。莊子之言。誠見到語也。吾前云。積功累德。不必他求。惟勤修大道。

功候愈進  
愈不可懈  
倘或主人  
翁坐則稍  
無則平日  
之真氣必  
從無形中  
去此不僅  
坐鐘時始  
然行止語  
默苟有微  
在足以致  
盜而終歸  
滅亡易曰  
負且乘明  
宵大道不  
所可冀希

一而不二

於己以之自任。更將此道信受奉行。推之於人。此扶道衛教之功。天下無有出於此者。諸子既聞大道。應以大道自任。其德在是。其功在是。即成真證聖。亦無不在是。只怕行有不力耳。又何事以外求功哉。然此一法。只可爲造詣高深者說。若與初學人言之。又恐涉於自了。徒知潤身肥家。而一毛不拔。又無以感神天之悅也。知否。至玄關一竅。前已屢爲抉破。學人必須明這個消息。然後才有把柄。蓋所謂本來人是。是即人受氣成形一點靈陽之氣。人欲修成法身。豈外此靈陽之氣乎。古云。藥出西南是坤位。欲尋坤位豈離人。分明說破君須記。只恐相逢認不真。此人非如外道以童男童女爲伴侶也。乃是無極之極。太極一動。而有一點靈陽正氣。爲人受氣成形之本。若得此個本來人。大道自然有成。然非易得也。必須於假中尋真。然後此人始能現象。夫人有身後。日夜水火交會。以生血肉之軀。全賴此心中之火。腎中之水。以爲之既濟。茲欲尋真。不仍於後天水火中。尋出離中之一陰。坎中之一陽。又從何處下手。故曰。真者。借假以施功也。修行人知生死之關。明真假之故。欲窮生身受氣之初。那一點虛無元陽。必先向色身中。調和坎離水火。迨後天水火既調。然後坎中一陽。自下而上。離中一陰。自上而下。上下相會於虛危穴中。烹之煉之。而先天一氣來歸。玄牝之門兆象矣。此坎中一陽。離中一陰。即內財也。日夜神火溫養。不許一絲滲漏。即積內財也。能向自家身心尋出一個妙

其真真測  
是以坐者  
本無定形  
亦無定姿  
惟其有形  
乃其是矣  
惟其無姿  
自然生形  
而實之所  
定不在止  
念處觀其  
究竟也

玄也者幽  
也深也牝  
也柔也雌  
也隱於幽  
藏于深故  
不見光華  
而人鮮犯

竅。即內法也。前言本來人。即內伴侶也。云虛危一穴。即內地也。欲煉神丹。四者豈可不備乎。內之發財侶地。吾已道破。外之法財侶地。諸子諒已知之。吾不再贅。有此坎離真陰真陽。一鼓而出。及至水剛火柔。鼎虛藥實。自然天地一點真陽之氣。不自內。不自外生出來。此即所謂真鉛也。又即所謂先天乾金也。夫以凡鉛而言。則坎中一陽。離中一陰。皆真鉛。以先天真鉛而論。則坎中一陽。離中一陰。皆屬後天有氣有質之物。從此想來。此個真鉛真陽。不自坎生。不自離有。原從不內不外。虛無窟裏。由坎離水火二物。煅煉而來者也。吾今道破。以免學人悞認坎中陽氣。爲吾人煉丹之本。庶乎其不差矣。

天地之生人也。同是混元一氣。此氣即太和之氣。在清空中。渾淪無間者。是人受陰陽之陶鑄。而生此血肉之軀。雖由太極而陰陽。尙是真陰陽真陽。無有渣滓。其去太和元氣。殆不遠也。自有生後。氣拘物蔽。那色心中陰陽。盡化爲知慮知覺之神。呼吸運動之氣。夫婦交感之精。有陰無陽。不堪入藥。又何能成丹。可知後天精氣。概屬渣滓。滓滓之物。修煉雖不得不借此入門。然而結丹。則全不用此。夫以其有形有色。不能成就虛無一粒金丹也。若修性徒煉氣質之性。修命。祇煉血肉之命。莫說不能成丹。即能成丹。墮於狐狸之窟。蛇鼠之羣。及其究也。不免天神惱怒。雷霆誅殛。永不得爲人。

之安其柔  
守其雌故  
不露鋒銳  
而鬼鮮忘  
之竅數曲  
曲外通于  
移渾渾沉  
沉內含天  
眞  
形性二字  
天理人欲  
以性所定  
曰天理以  
形所歸曰  
人欲理欲  
相爭腎督  
乃分故欲  
等性之源  
必先尋命  
之命府  
在一竅  
一竅相連  
乃有眞命  
眞命之歸  
眞性是依  
是以坐于

身。豈不可哀也哉。至人明得金丹大道。係清靈之氣結成。而清靈之氣。又不自來歸。必假我身中真陰真陽。然後可以招攝得來。古人謂二八同類之物。是也。尤要知此個元氣。本無朕兆可尋。亦無方所可測。於何求之。見之耶。惟即我身真陰真陽發生時節。即是元氣來入我身。以擒制我心中之靈汞陰精。自然凝結爲丹。所以古仙云。修道人須先曉兩重天地。兩個陰陽。方好興工。所謂兩重天地者何。即先天後天是。所謂兩個陰陽者何。即如打坐時。必向後天色身上。有可以爲依傍者下手。夫一呼一吸。即陰陽也。陰陽原一氣。一氣散而爲陰陽。此凡陰凡陽也。學人打坐。必先調外呼吸。以引起眞人元息。調外呼吸。必先以意爲主。孟子曰。志氣之帥也。古仙云。若要修成九轉。先須煉已持心。可知正心誠意。爲修煉之本也。調此呼吸。以目了炤於丹田中。以息下入陰蹻。提起陰蹻之氣。上入黃庭。又以息引起絳宮之陰精。下會丹田。此亦凡陰凡陽也。久之陰精與陽氣兩相交融。凝於丹田土釜之中。自然陰精化爲眞陽之精。凡氣化爲眞陰之氣。蓬蓬勃勃。充周一身。此即眞陰眞陽。與元氣不相遠也。諸子要知元氣本無形狀。蓬蓬勃勃者。亦是眞陰眞陽之氣。非天然元氣。若謂天然元氣。去道遠矣。要知此中安閒恬靜者。即是元氣來歸。不離陰陽。亦不雜陰陽。吾師示生。每坐一次。務要有安然天然自得光景。方見本來面目。不可執着元氣。竟如

俗者不如  
坐于無無  
所謂坐方  
無所謂安  
而不止之  
止坐候功  
用于焉斯  
轉此即天  
人相通之  
處府  
功坐入機  
即暖氣  
上下二字  
要有顛倒  
河車  
發於形  
其仁永固  
氣何以交

一物可也。吾師傳立至此。可謂抉透精微。挖出心肝。與諸子看。生須着實行持。如董子正其誼。不謀其利。明其道。不計其功可矣。至於有效無效。毫不期必。以爲喜憂。庶幾近之。如今世人說他不愛身。看一切作爲。事事俱向身上打算。究之愛其身者。皆害其身者也。他如嬌事美妾。迷花戀柳。日日消耗精神。斷喪元氣。明知美色淫聲。殺人利刃。毒人狂藥。及至死時。恬不知悔。亦何其多。夫名利場。恩愛鄉。誰不知大火坑。無奈明知之而明犯之。當其性情已亂。志向昏迷。雖有刀鋸鼎鑊在前。毒蛇猛獸在側。亦不遑顧焉。所以古之人多壽而康。今之人多夭而病也。吾常言立功無他。只是一個順其自然可以盡之。然雖順自然。間亦有旋轉造化妙訣。即如下手之時。以坎下動氣。收入黃宮。與離內陰精。配合爲一。此不是全無事事。如修性者之空了炤也。必觀諸陰躡之下。絳宮之上。凝神於土釜。即是初步採取法程。及水火相激。龍虎交爭。忽焉真氣冲冲。一陽微動。此即真陰真陽用事。雖不可上下了炤。然亦必視真陽上升。我以呼吸略爲提之。真陰下降。亦以呼吸略爲收之。是爲河車工法。古又云。外藥發生。在造化爐中。不出半個時辰。立地成就。內藥發生。在自己身。須待十月圓足。何以半箇時辰。即生外藥。蓋言水火相交。玄關竅開。即是外藥生矣。此是最不易得者。但外藥發生。金木相吞。水火相射。分毫不可差忒。差忒則大藥不能成就。此非別有一道也。以

于先天因性  
神而後交  
因靈虛而  
后交

若性靈不  
相合則神  
雖凝氣炁  
仍未必交  
故知氣之  
交於炁者  
神交也性  
交也虛交  
也靈交也

安神上守  
分靈下運  
可名靈息  
性雖動而  
實靜命雖  
靜而化動

此外藥之生。必心純意止。了無外馳。藥才能生。若有一毫念起。即落後天知識。元氣又被打散矣。故曰。白虎爲難制之物。倘用之而不得其法。必有噬人之患。首經爲難得之端。倘求之而不失其時。必有天仙之分。此時切忌念動意馳。他如邪淫等心。更不待言矣。人能靜定半時。了炤氣機。自然藥歸爐鼎。而升降上下爲內藥矣。雖然名爲內藥。其實皆一氣也。不過在外時。純是天然一氣。及引之入內。則有後天之精氣神在。稍不同耳。然以外藥來歸。無非欲化內之精神。皆成先天一氣。故必須十月之久方才圓足。尤要知金水非火不上升。故必需內呼吸之神息。神息即火也。丹非土不凝。故必以我之真意爲之布置調停。其實皆一道也。不過氣機之初動再動。略有所分。在下在中在上。各有一樣。故丹經謂之陽生採取。藥動河車。皆自然之道。無非氣機之大小有不同。而河車之大小。亦各別也。生等須以活法行之得矣。若世之人。概不言法者差。太沾沾於法者亦差。我今所傳的。是真正心法。非心誠好道不得聞也。凡人未生前。此個靈神原在清空一氣之中。及神機一動。而天地之元氣。即隨之而動。蓋元氣無有知覺。惟神有知覺。故此元氣即隨神之號令。而合爲一體。此尚未着人物時也。迨至神氣合一。而投於父母胎中。人則十月形全始生。仙則十月氣完便出。同一般作用。無有二也。諸子明得此旨。日夜修煉。祇以元神作主。務令一私不雜。一念不起。寂然不動。感而遂通之體。常常



修者至於  
定游飛昇  
非從命動  
氣升必不  
能脫然無  
累而棄軀  
壳如敝屣  
也

功至堅健  
必有所見  
見於旺者  
必當持盈  
持盈我滿  
修者之要

在抱。有如子父相依。夫婦相戀情形。此神氣交也。即真陰真陽在也。而天然一點元氣。即在其中。不必他求矣。此真陰真陽會合成一。即是陰精。外邊元氣。即是真陽。以此陰精真陽。收羅於後天有形有色之中。即如前日神氣合一。投於父母之懷一般。由是日運陽火陰符。抽添沐浴。又如前在母腹中。假母之呼吸。日夜吹噓。借母之精氣。以爲長養。是一道也。諸子起初下手。陽未生。須虛以待之。陽既生。須勤以採之。收回中宮。久久溫養。以真意爲媒。以呼吸元息爲作用。而以精血爲養育。大丹是可成矣。切莫貪淫縱慾。喜動好言。以消散其元氣也。惟有溫溫鉛鼎。以養此真陽而已。養之功何在。在迴光返照。無一時一刻而或離。即無一時一刻而不養。果能功靜有常。朝夕無間。又何患陽之不生哉。今日所言。確是歸真返本之學。生各勉之。勿負吾訓也。吾觀諸子。各染塵緣。不能掃却。吾再示之。夫人血肉之軀。能有幾時。受用亦無多日。何必奔名場走利藪。以自苦哉。在世不過百年。何必作萬年之想耶。莫語以外物事。即如生死禍患。亦是各有來歷。不可着意憂慮。莫說他人一家。即自己一身。終成糞土。不過遲早各異耳。生等能看得生死事小。而後不爲一切外緣所擾。庶幾一心一德。專於修煉。自然千萬年而如故也。否則忽而欣欣於內。忽而戚戚於懷。寸衷之地。能有幾何。一生歲月。又有許多精神氣血。必消磨殆盡而死矣。那時才悔遲也奈何。



坐靜而神  
守息靜而  
後動動於  
下者乃能  
上升上升  
下降兩脈  
相通以通  
爲主以通  
爲用主其  
體者誠主  
其用者和  
性和必溫  
溫則有容  
有容必無  
陰陽相戰  
之禍已

今值下元。人心汨沒。不得不再三提撕。喚醒夢中之夢。即如修真養性。孰不知去欲存誠。然奈身家念切。妻子情長。終日言道。言德。說修說煉。而塵心未斷。塵根未除。終不得其道之真諦。吾幸諸了雖未十分拋却。一力潛修。然於此處。亦嘗致意焉。總之要丟得開。割得斷。懸崖撒手。纔算決烈漢子。猛勇丈夫。以之煉丹。不難有成。否則三心二意。其何有濟。吾非教諸子拋妻棄子。入山林而學道也。只要在欲無欲。居塵出塵足矣。古云煉已於塵俗。原不可絕人而逃世。須於人世中修之。方能淡得塵情。掃得垢穢。否則未見性明心。即使深居崖谷。鮮不煉一腔躁氣也。至於玉液已成。再煉金液之丹。不得不尋僻靜之區。雞犬不聞。人跡不到之處。以修之。古云。養氣於山林是也。蓋以此時之功。全在先天一氣。不得靜地以修之。則元氣不得充滿。故古云。入山採藥。是也。吾勸諸子。雖不能將恩愛割斷。然亦當漸漸看破。要想到人到死時。一切名利室家。絲毫也拿不去。惟有平生所造之業。盡帶身傍。如其善業。還有轉世之福。若是惡業。不待再世投生。即眼前冥王。亦必追魂攝魄。從此一想。到不如趁早修行。萬一道果有成。他日不入輪迴。豈不甚樂。即不然。投生人世。亦不受饑餓流離。疲瘵殘疾之苦。又豈不美乎。況有仙緣所結。上聖高真。必不忍舍我而去。此身雖異。此性猶存。亦必再來拔度。如文昌帝君十七世而得元始之度。往事可徵矣。

誠守之功  
守其固不  
守其拘守  
其固不守  
其執

坐以息爲  
主息之止  
也純入先  
天

。諸子若無仙根。必不自幼好善。切勿事負前因。以自落於泥塗之中。可矣。論近時修煉。不拘前根。只論眼前積功累行。好道求師。亦准一切造成。這個大法會。千古難遇。遇之不煉。誠愚也已。生既逢此良會。不移一步。即有真師指引。較法會未開之時。又何如便易乎。待法會收後。要想學道。不知受幾多苦惱。無限奔波。纔得門而入也。生等勉之。一力造成。不負平生志願。永脫人世牢籠。那天上清閒富貴。一任人間帝王將相。不能方其萬一也。能將仙家之樂一想。自不戀人間之福。苟能深得其妙。其快樂更不知爲何如也。吾日望之。生勿負焉。

至若修煉要訣。不過以虛爲君。以陰陽爲臣。以意爲使。識此三者。而次第修之。神仙之道。盡於此矣。然虛有幾等。不是空空之虛。乃實實在在之虛。不是死死之虛。乃活活潑潑之虛。亦不是有形有色有所之虛。乃浩浩蕩蕩。渾渾淪淪。無量無邊之虛。人能知此真虛。向身心上求之。庶得煉丹主腦矣。然陰陽亦有真。不是天地間一晝一夜。一春一秋。寒暑溫涼。盈虛消長之機。乃人身中清空一氣。由一氣而散爲陰陽者也。上身爲陽。下體爲陰。呼出爲陽。吸入爲陰。前升爲陽。後降爲陰。發散爲陽。收藏爲陰。動浮爲陽。靜沉爲陰。總之陰陽無端。動靜無始。不可以方所拘者也。惟平其凡氣。納彼無聲無臭之氣。斯爲真陰真陽。可以言藥矣。故學道人。第一要

明真虛。第二要知真陰真陽。蓋不得真虛。則不靈。不得真陰真陽。則不能變化無窮。生育不測。然真虛得矣。真陰真陽得矣。若使無意以爲之運用。則陰陽不能返而爲太虛。太虛亦不能散而爲陰陽。又將何以放之彌六合。卷之退藏於密哉。此煉丹之學。所以以意爲主也。但意有先天之意。有後天之意。必從後天有意之意下手。然後尋先天無意之意。庶戊己合而爲刀圭焉。即如打坐時。先將雙目微閉。是誰閉。了炤於有無內外丹田。又誰炤。於是採陰躋之元息。納心中之神氣。會於黃庭宮中。又是誰採。誰納。殆後天有意之意。卽已土也。至觀炤久久。忽焉混沌片晌。不知不覺。入於恍惚杳冥。從此無知之際。忽焉有知。無覺之時。忽焉而覺。此卽先天之真意。戊土是也。古云。真意之意。方能成丹。尤須知真意之意。猶是後天之意同。不過意之前無意。意之後無意。從此一知。一知之後。不復見。從此一覺。一覺之前無有焉。此爲真意之意。如人呼。而響入谷底。風鳴。而應在井中。忽焉而感。感無不通。又如人呼子之名。不覺順口而答。不思議。不想像。此卽真意爲之也。此卽真意之前後迹斷也。雖然。真意從何而得哉。必將心地打掃乾乾淨淨。然後隨感而通。觸物而動。乃是先天之真。不與後天思慮紛紜雜沓者同。所謂有真心。斯有真意。有真意。然後陰陽得其真。太極得其理。庶幾剛健中止。煉成純粹以精之品。生等須將吾卽今日所言。句句返之於身心。着實行將去。方不負所傳。

邵子云。乾遇巽時觀月窟。地逢雷處見天根。二句。卽進陽火退陰符之大要也

卯沐浴

退陰符  
酉沐浴  
丹局即中

卯酉沐浴  
歸爐溫養  
火足之後  
擬有動機

。何謂地逢雷。即坤卦中含孕震卦。震下有一陽來復。即是純陰之下。忽然有一陽生。即陽生活子時也。謂之天根者。以其混沌世界。黑暗無光。忽聞一晝開天。而陰陽動靜。迭爲升降。天地定位。日月運行。萬物之生生不息。此即天之根也。學者。須從地下雷動時採之煉之。方有踏實地步。可爲仙聖階梯。到陽氣已極。重陽之下。忽有一陰生。此即乾遇異時也。乾純陽也。異爲老陰。學道人行工。而至於陽升已極。蓬蓬勃勃。充周於頭目之上。其勢有不可遏者。我即靜定片刻。停火不行。不知不覺。即有一陰生來。夫以上行之氣機。至此而轉爲下降。即陰生於巽也。到得陰生之時。即真正活午時。我即行退符之法。以目下觀丹局。不似進火之凝神於泥丸。即順陰生之常矣。是謂之觀月窟。至若卯門沐浴。即陽氣上進於中正之位。是陰中生陽其半也。故酉沐浴者。即陰氣下退於中正之地。是陽中陰生其半也。苟陽氣太升。則陰氣必虧。陰氣太降。則陽氣必陷。惟進火而不過進。且於中行卯沐浴之法。退符而不過退。更於中行酉沐浴之方。自然陰陽變理。性命雙完矣。諸子每日行工。到陽氣一生。務要順其上升之常。若稍有壯旺。即行卯沐浴法。到陰陽一起。即行下降之工。恐陰氣太盛。更行酉沐浴法。定靜片晌。不行火。不退符。如此暫休。到得純任自然。斯道得矣。若陰陽反覆。兩兩歸於中黃宮內。當行溫養之法。總之學道之要。惟以真意爲主。所謂以真

土擒真鉛。以真鉛制真汞。三家合一。兩性交歡。斯道在是矣。然用意之法有二。一爲動時之意。一爲靜中之意。丹書所謂外黃婆者。通家之和好。故無位而動。若不知動以採藥。先天元氣。如何招攝得回來。此動中之用意也。內黃婆者。傳一時之音信。故有位而靜。苟不知靜以煉丹。先天元氣又如何凝結成胎。此靜中之用意也。修行人時而陽生也。則動以採之。時而陰降也。則靜以煉之。且真陽即真胎嬰也。然亦有二焉。一爲坎中之陽。收之歸於丹鼎。烹而煉之。可成不饑不渴之人仙。一爲虛無中之陽。以之煉於爐中。吞而服之。可成出有入無之聖真。學者須從坎中之陽。加以神火煅煉。復完純陽之體。再從天地中。安爐立鼎。採取太虛一氣。歸於虛無鼎爐之中。餌而服之。自成無上金仙。諸子須循序漸進。不凌節。不躐等可矣。

吾常言玄關一竅。乃天地人物發生之本。其故何也。蓋以天地人物。其始皆混沌沌沌。一團太虛。無朕兆可尋。此即萬物之生於虛也。及氣機有觸。偶感而動。忽焉從空一躍。而有知覺之靈。即是天地人物之真主宰也。吾觀世之修士。有知虛無爲本。一任天然自然。而慢不經心於其間。多有墮於頑空。無以成神靈變化之仙子。亦有知有爲作用。而不知尋出先天虛無之氣。所以支離妄誕。造成一等妖幻邪術。而自害以害人者多。吾今將此兩般說出。生等欲求天仙。必先從杳杳冥冥虛極靜篤之後。尋出我未生以前一點太虛之體。

眞神者  
至靜  
至虛  
至空  
至無形

眞覺

一息至寶  
先天之炁  
以性主之  
後天之氣  
以靈主之

當以至守  
之功爲主

修必知養  
養必知運

以爲丹頭。方不落邊際。若偶有方見。不能前後兩空。亦非我虛無妙相眞元心體也。果能認得者個無染無著。一空所有之物。又必以靈覺之神爲之主宰。方能漸造漸凝。漸凝漸結。成就一個大覺金仙。是知虛者本也。而所以能團此虛。以成不生不滅。出有人無變化莫測之仙者。全在此一覺而已。雖然此箇一覺。在何時尋。務於至陰之中。恍恍惚惚時。了無知覺。忽然有此知覺。不待穿鑿。無事安排。機會相觸。杳冥冲醒。方是清清淨淨。無知無識之眞覺也。若稍有思想。知識。夾雜後天之神。則非眞覺。不可以爲我千萬年之主矣。故曰。靜時固非。動時亦非。其機在靜極而動之初。其間只一息耳。學者。須有拿雲捉霧手段。方能乘得此機。採歸爐內。以眞意守之。須知覺與意皆二而一者也。不過以無心無意。偶爾有知。謂之眞覺。迨一覺而後。我必加意用心。調停蘊蓄於其間。則爲眞意。然意發而心仍無有物。始爲眞意。與我先天一點眞覺。不甚相遠。所以無心忽覺爲眞覺。一心內守爲眞意。其實皆一覺而已。一意而已。學人欲採藥煉丹。除此一覺則無本。除此一意則無用。無用無本。而欲成無上金仙難矣。故古云。遊思雜念非眞意也。眞意實從一覺之後。只一心無兩念。如走路人。從此一條大路而行。並不旁趨別徑。即眞意也。莫說此時離不得眞意。即後來丹成道備。分身化氣。游神太虛。與夫尋聲赴感。無求不應。有難必隨者。要皆此眞意爲之作用也。吾



還必知守 守當以誠 誠當以空 空當以靜 靜當自然 陰陽相融 打成一片 雖天地之 大化亦莫 可與性功 之變化相 比擬之已 先天坐功 所以毫無 流弊者正 以於毫末 得參雜人 意於毫末 不得顯性 天若由後 還之之功 則採取時 不以不覺 用人意當

觀諸子近雖識得本體。然色身所有陰渣。還未乾淨。而意之真偽。尙未了然。吾詳細言之。敬體勿忽。

煉丹之道。皆以一陽肇端。究竟陽何處尋。在生身受氣之初。又何時採。在息息歸元之候。吾言混沌中一覺。即人生之始。所謂一陽來復見天心也。此時一知不起。一念不動。忽焉一覺而動。一驚而醒。猶亥末子初交半夜。是學者於此。須凝神入氣穴。此個氣穴。非有形有象。肉團子上。是神氣合一之氣穴也。神氣聚則有形。神氣散則機息。學人坐到凡息停時。口鼻之息。似有似無。然後胎息始從下元發起。兀元騰騰。氤氲氤氲。所謂一元兆象。大地回春。桃紅柳綠。徧滿山原。於此收回藥物。採入金鼎玉爐。煨之煉之。大丹可成矣。雖然金鼎非真有鼎。玉爐非真有爐。亦無非神氣合一。凝聚於人身氣海之旁。即男子媾精之所。女子繫胞之地是。然亦不可死死執着此處烹煉也。不過以人身元氣。自一陽來復。神氣交會於此。歸根復命於此。烹煉神丹。採取歸來。亦離不得此。除此而外。別無修煉之處。若執着此處。未可以成神胎也。須知神氣團聚一區。恍惚若在此。又若不在此。方與虛無之丹相合。爾生明得此理否。若論養丹之道。生神之理。實與凡父母母。生育男女無異。亦與凡候之投胎奪舍相同。所分別者。凡人生之受氣。成就一個有形有色之體。只因一念不持。及有感而動。渾身俱在裏許作活計。

其用意時  
若出諸真  
意則能補  
益其身或  
出於凡意  
則元氣被  
劫適所以  
張魄識之  
焰馴至慾  
久而愈不  
可制此中  
毫釐千里  
何謂真意  
中正者是  
何謂凡意  
反乎中正  
而欲望  
者此故坐  
貴慎始角  
不至德至  
道不凝

所以念頭一起。氣機一動。而無名火又按納不住。日夜胎圓。遂成一個孩子。只有一體。無有一身。若有道高人。借此一念投胎之象。反而修之於心。縱念有發時。不過因物而動。其實意發而心仍如故也。所以此念雖發。仍是虛無一氣。渾渾淪淪。不識不知。自此採入虛無一竅。又以虛無神火。沐浴溫養。及至十月之久。神胎遂就。故生出虛無之神出來。能一能萬能。能有能無。所以然者。何也。以其爲虛也。虛而有覺。是自然天然之靈覺。若稍夾後天形色意相。則不能以虛無之神。採虛無之氣。煉虛無之丹。成虛無之神也。總之是一虛而已。生悟得此旨。一陽生時。蘊蓄而去。即是一念之持。與凡夫之愈計想像。泛意遊思。大有分別。從此採之爲藥。與凡夫之不能主宰。任其紛馳散漫。亦大不同。何也。祇此一念之分焉耳。是知一念之持。即爲真意。所以能成萬年不壞之身。一念不操。是爲幻想。所以生又死。死又生。輾轉輪迴。竟爲六道三途之鬼畜。於此思之。道庶幾矣。初步工作如嚼鐵饅頭。了無趣味。惟有耐之又耐。忍之又忍。於無滋味中。不肯釋手。自有無窮的真味出來。但要萬緣放下。一心邁往。其成功也不難。吾見生事物纏繞。功夫不進。吾深憐之。吾又恨之。憐修之不得其功。恨其迷之不得其脫。從此一日。一夜。隨覺隨修。隨修隨忘。自有奇效。他如日用云爲。皆是人生不可少者。且亦是煉心之境。不專專以無事爲功也。第一要



事來應之。事去已之。方見真心。若論本心。祇如明鏡止水。物之炤也。光不分。物之去也。光不滅。如此之心。乃是真心。心到此地。即明心矣。至於真性。又何以修之。又何處見之。論天之生人也。賦之以氣。即予之以理。理即性也。此性原在離宮。理宜離宮修定。始見本來性天。不知此特氣質之性。而未可言虛無之性也。學人欲見真性。求之離宮難矣。惟有坎宮。是我先天一點真正乾陽。下手興工。即從此處神光了炤。久久自見本來真面。然後運神火。起巽風。鼓出先天之金出來。以之收歸爐鼎。再加文武火。煉之烹之。以還元元始氣。即可以飛騰變化。不可方所者矣。所謂子精。亦非區區色身物事。必要清心寡欲。方是真清藥物。可爲大道之借端。否則亦止充饑壯體。爲凡間粗暴之夫。不足爲先天藥物也。吾示一法。日間夜晚。第一要收斂身心。不動不搖。然後安爐立鼎。運行火符。橐籥慢吹。琴瑟細鼓。常將雌雄二劍。手中不釋。以降伏我身中之魔。斬滅我心上之怪。至于天地一晝一夜。原自有個動靜。我亦要順天地之動靜。以爲作止進退。斯道得矣。尤須用水火既濟之功。水即鉛也。火即汞也。如炊飯下米之初。水不過多。火不過大。烹之煉之。自成有味粢盛。然抽鉛添汞。又何說焉。其初下米之時。水自水。火自火。猶未經神火煅煉。神息吹嘘之候。神與氣不能合一。及用文武火。加以橐籥風。火力到時。揭開鼎蓋。一看水入米中。而成飯

元精有眞  
眞中有信  
爲上天之  
動機不可  
以律拘

天地萬物  
皆生存於  
息息已  
之中而純  
以虛玄主  
宰其綱紀  
統系焉

。只見汞而不見鉛。抽他家鉛。化我家汞。久之鉛盡汞乾。亦猶微火薰蒸則飯成鍋。粃現黃金色。丹道還不是一樣。生有大志。必學大地間。第一等人物。第二第三。都是下等。切不可先存一個期望。以障道心也。前言守中。是坎離交之事。故但觀氣息之上下往來。歸于中黃宮內。所謂神氣交。而後性命見。至眞陽一生。以坤爐之藥物。引之上升于乾鼎。此爲乾坤交。而未始性之性。未始命之命見。此爲以水滅火。若非得眞一之水。必不能伏後天陰神也。生知之否。

諸子靜坐。涵養本原。從寂然不動中。瞥地回光。忽見其大無內。其小無外。入無積聚。出無分散。細縕蓬勃。擴大宏通之狀。固是天機發動。可採可煉。可以服食長生之大藥。即使靜坐已久。不見有淵涵一切。包羅萬象之機。只要一片清氣。無思慮。不出入。亦是我眞一之氣。蘊蓄在中。只是我後天氣弱。不能冲舉他壯大耳。此亦是天真常在。亦可採之服食。切不可無此蓬勃氤氲。而任其心之走作可也。此爲要訣。又凡行爲動作語默。雖極細極微。至鄙至俚之時。我亦以此心了炤虛無穴中。久之如有氣機動處。我以一念收攝。不許他紛馳散亂。如無氣機之動。只要有一片清明在我無極宮中。氣不躁暴。神能收斂。亦是眞氣主宰。我當一心不二。持之操之。亦是烹煉小法。不必再求真一之氣大發生可也。此亦修士多忽略者。吾

初步小法

息得其正  
則心無不  
寧靈無不  
清

息得其偏  
則機必入  
濁靈必被  
擾而伏無  
窮之大害  
矣

採藥須用  
大無火而  
以眸光專  
視中田留  
守不怠

辨真一之

今日並爲指出。大凡天下事無不由小而大。自粗而精。凡事皆然。何況大道乎哉。吾師金液以還。回想當年修道。還不是一步一步積累而上。若必要天花怒發。真氣溶溶。恐爾學人少採取之時矣。但此個採取。不是運行河車。只在一念回光。收歸鼎爐。就是。若太爲用力。恐動後天凡火。丹又傷矣。吾師前示元精化爲先天真一之氣。再爲細論。夫人身之精。不經火煨。概屬後天交感濁精。只可生人。不能成仙。且多夾雜。慾火稍有於中。刻不能容。所以昔人謂喪身傾命之物者。此豈能成仙哉。修士必於打坐時。調其呼吸。順其自然。一出一入。不疾不除。如此調息。雖屬凡息。然亦是自在真火。似此烹煉一番。得那後天有形之精。忽然化爲元精。到得丹田有氤氳活動之氣現象。即是化精之候。試思凡精有形也。元精靈液也。猶人口中生津一般。不經真火一灼。萬不能化爲元精。此時究何憑哉。呂師云。曲江月淡水澄清。沐浴須常定主賓。若到水溫身暖處。便宜進火辦前程。呂師之言水溫身暖。的化精之驗。此時若不採取。必致元精爲火所灼。化爲血汗。從毛孔而傾矣。諸子無思無慮。一任自然之火。精方是元精。氣方是元氣。從此元精一動。元氣即生。那元氣中忽有浩浩淵淵。剛健中正之象。與平日凡氣。微有不同。即是真一之氣。發生出來。且凡氣之動。但見其暖。不見有逍遙自在之處。惟真一之氣動。此身蘇軟如綿。美快無比。恍惚似有可見。又似無可象者。即此真一之氣

氣  
交而勾引  
靜定息定  
而后藥生

性爲堅而  
形命倚之  
其所以固  
蒸宰乎虛  
而更運乎  
實宰運之  
樞厥在於  
息息虛於  
姿姿在於  
神虛實必  
求自化若  
或偏滯則  
拘於虛者  
命必離形

生也。且真一之氣發象。只覺清淨恬淡一般趣味。養之純熟。此心亦化爲鳥有了。不知有天地人我。此真一之氣明驗。諸子未得十分圓滿。不必有者幾般景象。只要有一點樂處。即是藥生消息。至真藥發生。必要真一元神以爲之招。方不走作何也。原吾前示立關竅開。元神發象。可爲大藥之主宰。故古云。以靈覺爲煉丹之主。以冲和爲大藥之用。生即此以推。煉丹之功盡於此矣。天地間至無之內。至有存焉。至空之中。至實寓焉。人能於虛無中尋出真實色相。所謂長生不老之藥在是。神仙不死之丹亦在是。彼不知真空妙有者。盍即方諸之取水於月。陽燧之取火於日。而一觀之乎。當水火未有時。方諸則寂然耳。絕無水痕之可見。陽燧則冥然耳。了無火色之可言。及至方諸對月而水起矣。陽燧對日而火生矣。此豈水在月乎。火在日乎。如果水火在日月。當方諸陽燧未懸之時。何以不見月之有水。日之有火。詢之日月而日月不知也。抑豈水在方諸乎。火在陽燧乎。如其水火在方諸陽燧。當未與日月相對之前。何以不見方諸有水。陽燧有火。問之方諸陽燧。而方諸陽燧仍茫然也。又豈水火在於空乎。當水火未有時。而太空固漠漠也。水火既有後。而太空仍漠漠也。果何故哉。易曰。寂然不動。感而遂通。其意昭然若揭矣。特非人物有感之。則寂寞者仍寂寞矣。惟能善於感。自能妙於應。但感者。非從無人無我無思無慮中出。則非妙於感也。又焉能妙於應哉。總之。人能

聖於實者  
神必累性  
此皆息妄  
不得中真  
之守而無  
恬平之適  
者失其存  
養之正以  
致之也先  
天坐皆定  
以平默爲  
準所以破  
擊實之障  
以默恬爲  
則者所以  
肅其拘虛  
之礙也

極靜篤。始能會得本原。而後知形形色色。皆後天有生有死之尸氣。虛虛無無。乃先天不生不滅之元神。可見先天大道。殆一虛而靈。無而妙耳。豈區區在後天精氣神哉。然必斷交感之精。而後元精。溶溶而來。馬陰藏象矣。必除呼吸之氣。而後元氣融融。浩氣流行。與太虛無二矣。必滅思慮之神。而後元神躍躍。保合太和。一氣充塞虛空界矣。又非全不用後天也。雖有先天爲之主宰。亦賴後天爲之運用。倘一概不用此身。又將安寄哉。古謂皮之不存。毛將安附。於此可恍然悟矣。學者。借後天形色。爲煅煉之具。及至真人出現。而假者在所輕矣。所謂借假修真。是也。雖然三者之中。又以元神爲最。必要萬緣放下。一絲不掛。庶幾有真神。斯有真精。有真氣。若無真神。則藥爲凡藥。火爲凡火。不惟不能成丹。且反爲之害也。生等欲聞道妙。即此是道妙。此古神仙不肯輕洩於人者。

生等行工至此。真火真藥。兩般俱有。夫真藥。即先天真一之氣。其在後天即元精元氣。所謂真陰真陽。形而爲真一之氣也。是即凡息停而胎息動。真津滿口。即驗元精之產也。周身踴躍。即見元氣之動也。此時清淨自然。美快無比。即真一之氣藏於個中矣。然真一之氣雖動。不明起火之法。尙不能升於泥丸。化爲玉液。瓊漿。吞入於腹。而結爲長生之丹。夫以藥生不進火。止於冲舉下元。壯暖腎氣而已。藥即真一之氣。火即丹田神息。以神息運

玄關開用  
猛火

吸抵攝閉  
即是河車

安爐立鼎

真氣。方能透徹。一身上下中外。古云。抽鉛添汞。又曰。還精補腦。又曰以虎嫁龍。要之此功自上而下。由逆而修。始而玄關初開。必須猛火急烹。既而藥苗新生。不自倒行逆施。則金丹不就。伍仙示河車工法。所以有吸抵攝閉之說也。吸者。行工時。聚氣凝神於丹田。蘊蓄謹密。不許一絲外漏。抵者。舌抵上腭。使赤龍絞海。而真津始生。化爲甘露神水。以伏離中之火。即古云鉛龍升。汞虎降。驅二物。勿縱放。是又即以鉛制汞。結成砂是。若非舌之上抵。安得七般陰渣之物。化爲神水。而成一粒黍珠哉。撮者。齒牙上下緊緊相黏。口唇上下。緊緊相抱。務使內想不出。外想不入。神依於息。息依於神。神氣打成一片。兩兩不分也。閉者。下閉谷道。上閉口鼻。六門緊閉存神。即教真主坐黃庭。俗云。丹田有寶是矣。古云。上不閉則火不凝。而丹不結。下不閉則火不聚。而金不生。是以金丹之要。凝神要矣。而聚氣添火之火。尤不可少焉。總之四者之功。一半天然。一半人力。學者。藥生之初。微微用一點力。久久則純乎天。而不假一毫人力爲矣。再者。下手之初。必要安爐立鼎。方可採取運用。夫爐鼎有幾般。一身上下。亭亭直立。即安爐立鼎。天尊地卑。上下分明矣。此外爐鼎也。若內爐鼎。始以神爲內鼎。以氣爲外爐。繼以氣爲內鼎。以神爲外爐。總是身心挺立。獨立不搖而已。爐鼎安立。然後心火下降。腎水上升。久之則離火中有真水下降。腎水中。

伏氣結丹

性爲蒸之本純而一者也氣乃蒸之化二而一者也心爲體治總不外於歸合二氣使返一炁也

若是非好

有真火上升。從凡陰凡陽中。煉出真陰真陽之物來。即是藥生。便當採取。生今年華已邁。氣血將枯。宜日夜行持。不可專務於動。竟少靜定之時。如此。元精自生。元氣自壯。而先天真陽亦於此而現象。長生之果證矣。學道人。只要停後天凡息。則生死之路已絕。能停後天呼吸。即見真息。真息即真氣。同一氣也。發則爲呼吸之氣。藏則爲真一之氣。此氣一伏。即結丹矣。生等務要凝神調息。久久自斷凡息。而現真息。如此即仙矣。

生須體吾一片婆心。速速造成。好代爲師行化。且趁此大道宏開。正好掙功立業。不然。過此一會。欲如今日之積功難矣。爾等務期成仙。要成金仙。若人仙地仙猶小也。度人要普度世人。普度一二人登仙證聖。猶微也。如此志願。才算大豪傑。大力量。大智慧。否則雖證上仙。亦庸庸碌碌。不足道也。然修煉之始。吾即以此爲教。生等口雖在言。究竟心中惴惴恍恍。無有一個鐵石心腸。定要如此自修。如此度世。才算一個大丈夫。不負天地父母君王師尊之重託者。今日看來。爾等工雖不一。要皆各有所得。諒於吾師所示之志願。已能實行體行。一肩不辭也。試觀呂師初遇正陽。教以黃白之術。即不忍累及五百年後之人。繼後玉丹告成。誓願普度世人。自家方纔飛昇。此其志願爲何如哉。真千古之卓卓者。生等能立此志願。不患不到金仙地位。趁茲經筵大展。趕緊修持。道不難成。德不難就矣。而今生等有得。如此塵



無時或已  
則一炷之  
純性終為  
二氣之幸  
累不有所  
返惟返氣  
之挽斂于  
外卒無復  
初而獲一  
之望已  
生水火法  
生真精法

垢。諒已看得破。打得穿。但還要加工上進。拋棄塵緣之累。無罣欠。自無拖洩。一心一德。功成易易。至於修煉之事。無非坎離水火。學道人欲得神水神火。先須清心淨意。此清淨二字。即求神水法也。到得意誠心正。自然神遊太虛。氣貫於穆。我於此始將神光炤入虛無窟中。即求神火法也。真冰真火。兩兩配合。不寒不燥。即龍虎上立之氣生矣。所謂陰陽平衡。卯酉二八沐浴者此也。但初興工。清淨其神。即為水。以真意主持即是火。此須神氣二者。不相尅賊。水中神火生焉。至於下炤。此為火也。然亦要不急不緩。存於其中。此即火中有水。如此用火用水。出之以無思。將之以恬淡。只有溫溫液液。一點氤氲之氣。此即真水真火中煨出真一之精來也。所謂片晌虎龍頻鬥罷。奪得金精一點生。此霎時間事耳。然得之雖易。守之實難。不行子午河車。不用逆施造化。是猶窰頭泥瓦。未經火煉。一遇雨來。仍化為泥。其必速採此一點陽氣。以之升上泥丸。配合陰精。然後飛者不飛。走者不走。合成一塊紫金霜。不怕歷遭磨折。且愈煉愈堅也。所以古人喻外來坎中真鉛。名之為虎。以虎之性好傷人。難以馴伏。必得真汞以合之。則氣不下墜。血不外散。內裏離中真汞喻之為龍。以龍有奔逸之患。不能善降伏。必得真鉛以制之。則神無妄思。精不外洩。此龍虎之所以名也。至名曰鉛。以其下沉而不起。喻人之真氣。自從破體而後。日夜動淫生慾。不能完固



色身。必得汞火下入。然後水得火而化爲一氣。所以無走漏也。爾等近已會上乘妙道。丹經比名喻象。要不外水火二物。到得水中火。火中水。水火不分。化成一氣。即金丹矣。要之得丹不難。只須片晌之工。惟溫養此丹成聖爲難。生須勉而行之。

修煉一事。別無他妙。只是一個太極。若於虛極靜篤之際。實實有一段太和氣象。完完全全。在我方寸。即得真一之氣。可煉天元神丹。何況玉液小果之修。焉有求之而不得。取之而不在耶。況此虛極靜篤。渾無物事。存於胸臆之間。即吾人未生時此個真元心體。在於虛空神是也。然此虛無一氣。實統天地人物而同歸。中庸云。盡性而參天地。孔子云。修己以安百姓。其道豈有他哉。不過此虛無中一點真氣。爲之感而遂通焉耳。人之虛無之氣。果認得清楚。踏得實在。天下何事不可爲。何人何物不可與哉。修道人於此一著。要認得端倪。不許他雜。方算至清之水源。可以煉成仙丹者。雖然。即得此個真氣。還是渾淪完具。未曾剖開。猶不足取長生之藥。證長生之果。故道家又有性命雙修之說。到得虛無之極。忽然一驚而醒。一覺而動。太極開基矣。天地始判矣。而人物之生遂於此無窮矣。此時忽覺而動。即太極動而生陽。陽氣輕清。上浮爲天。如人之有性也。及至動極又靜。靜而生陰。陰氣重濁。下沉爲地。如人之有命也。此天地一陰一陽。即人身一性一命。然但

性命雙修  
之本旨

真種

曰陰陽動靜。而無交合之道。則天地之生機。不能暢遂。人身之生理斷難完。成。天地必須一陰一陽。相爲往來。陰中含陽。陽中抱陰。方能成億萬年不。敵之天地。人身亦必一性一命。相爲流通。以性攝命。以命歸性。方能成億。萬年不死之人身。何也。天地一陰一陽交。而生機自暢。人身一性一命合。而。生氣彌長。未有天地陰陽不交。而能生育無疆者。亦未有人身性命不合。而。能長生不老。總之生等既明性命交會。始產本來真種。真種者何。即虛無中。一點元氣。亦即太和一氣。爾等如有不明。不妨求之冥漠無朕間。有一番中。和趣味。有一點恬淡意思。身心爽健。臟腑安和。即真一之氣所在矣。夫人。未有身時。得虛空此個真氣。而後投之父母胎中。借天地之靈陽。假父母之。精血。而後無形生形。無質生質。十月落地下來。雖與父母分離。而天地一。元真氣。初未嘗與身離也。爾學道人。須知此個真一之氣。是天地人物之至。寶。有之則生。無之則死。必於此真一之氣發動。不許他洩。務運子午河車。將來配合我後天虛無之性。合爲一體。返還身中。而後長生可得。再加神火。內煉。真息外行。內外交修。而神仙可證矣。尤要知此個元氣。無精粗表裏。無在而無不在。處處提防。外不遺言語應酬而洩氣。內不令夢遺交媾而漏精。如此無內無外。無大無小。無一處不施其功。始得聚積而成一洞神仙。不。然未有能成者也。不怕一。只怕積。信然信然。

昧然而進  
有害先陽  
塵守不效  
有傷潛陰  
故急功躁  
進必踏亢  
龍之咎靜  
定匪堅定  
胎不效之  
害  
所謂靈散  
昧游者是  
能覺悟於  
妙轉則凡  
可聖衰可  
健  
坐無其候  
者不效之  
害也心定  
者何定  
至空定其

## 樂育堂語錄卷三

自古師尊傳道。鮮有如吾今日之單傳直指。必抉至十分透徹。不留一線餘蘊者。是豈前聖之不能傳哉。亦由時勢之各異耳。迄今人心陷溺。世道澆漓。大道之微。存者幾希。世教之壞。危於累卵。其沉溺於記誦詞章者無論矣。即有篤志聖學。身體力行。直至三五年之久。不得真樂。甚有童年講學。皓首茫然。而不知其底蘊。嘗其旨趣者。雖由習染既深。錮蔽日久。後天氣質之性。物欲之情。竟視爲固然。而要皆由於教養之大壞。不得其實際有以致之也。或曰。四書五經之解。諸子百家之註。邇來汗牛充棟。較前代爲過焉。烏得謂教之無術。府廳州縣之學校。黨庠術序之師承。當時徧滿天下。較古昔猶多焉。何謂養之無所。嗚呼。是不知道之所以然。雖讀盡五車無益也。不明教之所從來。雖講席萬座。何裨焉。故言愈多而道愈晦。師愈繁而教愈紛矣。夫以其無承道之人。影響之談。依稀之論。非徒無益。而又害之。俗云。要知前途三叉路。到此須問過來人。知不真者。雖多言而何益。行不至者。縱明示而皆非。以故世衰道微。上下皆馳於名利之場。鮮有知仁義之德。是吾人真樂地者。嗟乎。道之不行。由於道之不明。亦因道之不明。愈見

至虛定其  
至無以其  
得客之守  
而爲之定  
力則其定  
必有所止  
無在不得  
其自然已  
從自然爲  
覺悟爲性  
命之覺悟  
也性命之  
覺悟由於  
蒸氣之感  
通  
定力止于  
所適無所  
不守皆陰  
之伏也必  
以不轉之  
轉爲轉乃  
能守其定  
固而不無  
效也  
善悟不悟

道之不行。吾師目擊心傷。不忍大道廢弛。以至於此極也。所以此次所傳。必如老吏斷獄。不窮到底而不已。諸子幸遇其際。其前緣前根。已結之有夙矣。雖然。不聞吾教誨。得吾提撕。縱諸子夙根未壞。靈性尙存。三五十年。亦不能洞徹本原。返還性天也。倘若功未積。德未累。即日夜講論。直至終身之久。亦無豁然貫通。了道成真之一候。故吾師傳道。必以立功立德爲首務。否則魔障難消。修持多阻。不知者反以吾道爲非真。吾師此山設教。其得吾真傳者。僅有數人。人才之難如此。孟子曰。得天下英才而教育之。三樂也。吾深信其語矣。如爾數人。個個皆有根緣。人人皆重德行。所以其言易入。若非諸子數人。吾教終成畫餅。某生心力俱疲。已得真味三火。但候功圓行滿。爐火純清。方能跳出迷津。直超彼岸。某生再加猛烹急煉。亦必丹成有象。真樂無窮。回視聲色貨利。與夫恩愛之鄉。皆孽網情羅。了無足係其心者。此爲得道之真驗。若夫大丹無形。大道無象。或有或無。人不可得而見。即已亦不可得而知。惟有塵世尊榮之事。室家之好。平日所最係戀者。於此有得。重於此。自然輕於彼。樂於此。自然惡於彼。有不期斬除而自然不介意者。此真融融洩洩。大道有得之真驗也。吾今叮嚀告戒。欲求超脫紅塵。誕登彼岸。得孔顏之真樂。爲天地之完人。其必先行布施。廣行陰陽。上格蒼穹。而後冤累全消。庶無阻撓。故曰。凡俗欲求天上寶。隨時須舍世間財。又

善覺不覺  
善通不通  
善通不通  
不用勉強  
之力於悟  
覺通達自  
能悟覺通  
也通於自然

曰。若使凡夫能知得。天上神仙似水流。甚矣哉。道雖大公無私。然亦不許匪人得入也。此豈天之有私耶。若不如此。善惡何以分明。報應何以昭彰也。某生見已及此。但未至於熟耳。若到純熟。其樂不可名言。始知古人殺身成仁。舍生取義。人所視為畏途者。彼皆視為樂境也。又何況其小者。外者耶。學人必到此地。方能淡得紅塵。諸子捫心自問。然歟否耶。天地之要。別無妙義。總不過一虛盡之。如能於虛處把得定。立得穩。自然日充月盛。學緝熙於光明。夫豈但六通具足已哉。雖然。以言其體則本虛也。因有生而後。氣拘物蔽。如一空屋。本自闢然開朗。只爲陰濟塵垢間之。則開朗者不開朗矣。以言其用。則又至靈。只緣習染塵垢。猶金之陷於泥沙。則光明者不光明矣。所以吾道教人。不外虛實兩字。即如水底金生。有蓬勃網縊之狀。此實也。而上升下降。聽之自然。出以無心。則實也而虛之矣。又如靈陽一氣。原無聲臭可言。此虛也。而彼此感召。自歸爐鼎。煉成嬰胎。則虛也而實之矣。如此虛中實。實中虛。才是成仙證聖之本。無奈今之人。知養虛靜。而即著於虛靜一邊。只知踏實。而又著于踏實一邊。此爲泛泛之虛。非真真之虛。爲死死之實。非確確之實何也。道本無名相也。無方所也。必要以無方無所。而又似有方所行之。方合虛實兼賅之妙。彼執無著有。雖所墮不同。要皆同此一病。非大道之微妙。諸子與吾師今日所

以神凝神  
毋以意凝  
神  
無心得姿  
仍須無心  
守姿  
智進而性  
靈迷  
勿忘勿助  
之妙諦  
得姿之下  
有心去守  
一念着實  
便成幻妄

示爲本。庶幾越坐越妙。愈久愈融。不似前此之打坐不久。而神氣即倦矣。設或稍生怠弛心。厭煩心。不須向他處去求。只自問心之虛與不虛。氣之實與不實。如或太虛。虛而無著。勢必心神飛越。遊思雜念。因無著落而起矣。抑或踏實。實而不空。又如肩挑背負。手持而足行者。終日終夜。永無息肩駐足。安得不困苦無聊。倦怠不堪乎。總要知虛也。而我無意於虛。實也。而我若忘其實。如此行持。即孟子云。若禹之行水也。行其所無事也。惟其無心于事。自然無事于心。則神不勞擾。氣不累贅。打成一片。自然神融氣暢。心曠神怡。如此久行。未有不得其旨趣。而不能耐坐者。總在諸子心領神會。不許一念之非。據我靈府。亂我心性。得矣。諸子近造吾道。已得三昧之真。只爲用火採藥。多著於實一邊。因之不見趣味。故坐久而生厭倦。惟其道不合於虛無。即不似我本來物事。無怪乎氣血不流通。坐久而身體俱痛。難以終一周也。煉丹之道。先要踏踏實實。從守中做起。然後引得本來色相出來。苟不踏實。何以凌空。故三丰云。凝神調息於丹田之中。蓋心止於臍下曰凝神。息歸於元海曰調息。守其清淨自然。曰勿忘。順其清淨自然。曰勿助。如此久久。心神暢遂。氣息悠揚。不假一毫人力作爲。自然神無生滅。息無出入。俱是安閒自在。斯時也。始將不神之神。無息之息。隨其自運。聽其往來。一若我與神氣。融洽爲一。又若我與神息兩不相關。此當放下

爲人一生  
最要修靈  
心如荒蕪  
即無真靈  
靈乃純陽  
無極之外  
無生無滅  
無陰無陽  
無處不有  
無地不生  
在木風靈  
在水精靈  
在火光靈  
在土氣靈  
在金陰靈  
息有風聲  
性由靈化  
物仰靈生  
無靈不滅  
有靈不生  
人用無靈  
不用靈生

又放下。而後陽生有象矣。到得陽生。我即收歸爐內。顛倒逆用。返還造化。以成無上極品金仙。是故用力者。概不是道。不用力。亦不能自成。須用力於前。順行於後。所謂盡人事以聽天命者。是其旨矣。諸子近來功夫。當用力處。到還知得。至於不當用力的。一味聽之自然。這就大錯。知否。昨日聞生言神靜氣調之會。而有心神攪動。不肯皈依之狀。此非神之動也。乃氣機未到自然。不免在心中衝突。此無他法。惟有坐鎮主人。一靈獨炤。管攝他不許他妄走。調和他不使他不安。久之氣一靜。神自恬。安有心神出入之患哉。又言天心爲主。元神爲用者何。天心。即寂然不動之中。而有一個主腦。元神。即感而遂通之後。並不知所從來。此皆自然而然。一靈燭燭。萬象咸空。雖日用百端。而天心元神。究不因之有加損也。生能識得者個消息。始知煉我虛無之陽。以爲我成仙證聖之本。噫此個天心元神。修行人鮮有能識其真者。須知無時不在。但將萬緣放下。而我之主宰自若。即私欲滿腔之日。而我之主宰亦自若。不過因物欲而偶蔽耳。在初學之士。未得神清氣爽。雖有天心元神。尙未十分透徹。我今示爾。惟於寂然不動中。而有一個主宰。不令外來之物攪擾紛紛。即煉我之天心也。及至感而遂通。亦要有個主宰。勿令我之靈陽。被物牽引而去。即煉我之元神也。焉有不日積月累。而成一極品之神仙哉。總之學者。下手之初。須如血戰一般。一棒一條痕。一



棍一點血。用十分氣力。然後有得。否則因循怠玩。一暴十寒。未有能成者也。吾師此日所言。句句是切近工夫。但要耐煩辛苦。自家猛勇精進一番。然後澄之又澄。靜而又靜。不覺恍惚杳冥。真陽發生。而人如癡如醉矣。蘊蓄久之。自有真人出現。豈若旁門小徒。固陰精以成幻相之神者哉。

論陽生不一。有外動之陽生。前已示過。若內動之陽生。還未親切言之。夫內動陽生。實由靜定久久。自然而生者。有由偶爾入定。當下即生者。此神入氣中。融洽爲一之象也。我於此。再爲蘊蓄內中天然神火。任其靜而動。動而靜。盤旋於丹鼎中。再用外之符火。聽其上下往來。行住起止。所謂周旋十二節。節盡更須親。是到得內火一旺。外火自迴環於一身之中。鴻鴻濛濛。無有底止。此即氣周神外之候。我於斯時惟有坐鎮主人。凝定中宮。務使內想不出。外想不入而已。諸子近時已做到此處。吾師看來。還未十分如法。當退符時。一味無思無慮。似乎到佳。不覺又他去焉。蓋因未曾老煉。不妨再數周天之息。以昭回之。久之至於化境。不須搬運推遷。而吾身蓬蓬勃勃。上爲熏蒸之氣。下爲坎水之精。周流一身。上下往來。無有窮期者。此息不期調而自調。精不期煉而自煉。所謂真橐籥。又謂長吹無孔笛。時鼓沒絃琴者是。此非吾獨撰也。呂仙云。溫養兩般。內神火而外符火。保存十月。去有爲而就無爲。是此時雖云無爲。亦要知無爲之中。有個真正主人。爲我主宰



才不落空。又還要迴光返照。數息而若無數者。方能保固真陽。生長嬰胎。柳真人云。一息去一息來。息息相依莫徘徊。由此觀之。內之神火。須當安閒自得。調停中立。外之符火。是爲溫養之火。惟加一番謹慎。著十分了炤。聽其息息歸根。息息入定。化爲自然之神符。毫不假一分人力得矣。吾觀諸子上榻之初也。知數息招攝此個元氣。到得返還之後。多有遽行下榻。所以一下榻。身中自然元氣又不在了。又有將到佳景。還未十分穩當。忽然此心煩躁。不能久耐。所以未下榻時。元氣已經打散。此中工用。須要靜之又靜。耐之又耐。坐到天花亂墜。周身血氣。自然踴躍。我身渾如太虛。直若無有身形者。然又若此身在氣機包裹中。如春蠶作繭一般。我於此惟有一靈炯炯。獨炤當中。內外渾忘。有無不立。才是真詮。諸子積誠已久。結念已深。吾故將此溫養神火。符火。一齊傳出。從今日起。須於未坐之先。一切料理清楚。即有忽來之事。實屬緊要者。不妨下榻相應。如非急務。不必通知。無論有效無效。務要用一點神光微炤。爲我主張。行住坐臥。皆是如此。視聽言動。無不如是。推之事物紛投。困苦迭至。亦無有不從容中道者。只怕人心不死。道心難生。又復悠悠忽忽。今日如斯。明日如斯。故終年竟歲而了無進益也。若能遵守吾言。未見有不成者。夫立關一竅。正陽生活子時。呂祖云。萬有無一臭。地下聽雷聲。古仙云。

真覺  
修今覺以  
返本覺

真意乃本  
心所發意  
發而心更  
真意更空  
有意若無  
意即是無  
心所謂  
先天一  
又謂天然  
一念又謂  
道心清淨

忽然夜半一聲雷。萬戶千門次第開。雷乎雷乎。神哉神哉。從此二說觀之。難道玄竅之開。真陽之動。色身中豈無真實憑信。而漫以雷聲喻之乎。張祖又云。雷聲隱隱震虛空。電光灼處尋真種。古來仙師。個箇俱以雷鳴比之者何哉。吾今直爲指出。卽爾生入定之時。忽然神與氣交。直到真空地位。不覺睡着。鼻息齁齁。一驚而醒。此即是天地之根。人物之祖。吾身投胎奪舍。其來也卽此倏忽杳冥。忽焉驚醒之一念也。爾生果於入定時。憑空一覺。卽是我本來真面。急忙以真意護持。切勿稍縱。如人乘千里驥。絕塵而奔。暫一經眼。便要認識。不可延遲。遲則無及矣。故曰。以前不是。以後不是。露處只在一息。一息之後。不復見焉。爾等務要於靜定時。偶有鼻息齁齁。急忙起立。趁此清空一氣。收攝將來。如此坐一次。必有一次長益。果然不爽其時。不差其度。不待百日。基可得而築矣。此等要訣。古人但說玄關。未有如吾師實實向人身中指出者。是知丹訣。關乎功德心性。不易語也。子貢有云。夫子之言性與天道。不可得而聞也。生等自此以後。第一要先將念頭凡息。治得死。所謂死得過信。才生得起來。又聞爾生云。光明和尚言要如落氣時節去修煉得矣。此時耳無聞。目無見。萬緣放下。一絲不染。從此躍出。非大道而何。故曰從無知無覺時。尋有知有覺處。斯言洵不虛矣。苟未能息氣死心於平時。安得生氣大開。如此充滿世界乎。若夫年老之人。

卦氣已盡。精神日枯。不從此妙覺修去。何以四大牢固。能久歲月。然但知此覈爲主。而不知流行一身。進火退符。調和一身血氣。又安得長久不斃耶。故云。古老年人氣血已枯。竹若不敲。安能大覺。琴若不和。安得長神。故解敲竹者。即寂然不動。感而遂通。喚龜者。即禮下於人。必有所得。至鼓琴一喻。以真陽一到。自鼓盪其陰霾。和合其氣血也。生等須彼此百尺高竿。再進一步。道不遠矣。

古云。聖人傳火不傳藥。傳藥不傳火。火候之說。不過內外呼吸之息盡之。然直指呼吸爲火。又不是。呼吸風也。火則神也。以風扇火而成藥。即以息運神而成丹。故古云。藥不得火不化。火不得風不融。於此可見火藥矣。又曰。藥即是火。火即是藥。蓋火藥之名。無有定論。當其神氣合一。坎離相交。而大藥生。其間綢繆騰兀。謂之爲藥。然火即在藥中也。及乾坤交會。龍虎金木。混合爲一。收斂黃庭。無聲無臭。但有一點真意持守。是即以火溫養。故煉時謂之爲火。火中自有藥在也。然只是一個動靜而已。動而有形。喻之爲藥。靜而無象。擬之爲火。此殆無可名而名。無可狀而狀者。爾等須知火藥二物。是先天一元真氣。即中庸云。天命之謂性。是性在此。命亦在此。大道亦無不在此。學者。須以心心相印。庶幾有得焉。吾又言外藥內藥者何。必內藥有形。外藥可得而採。內藥。吾身之元氣也。外藥。即太虛中之

神氣不可  
偶離離則  
性命非其  
所有

此節辨藥  
物老嫩

元氣也。此殆不增不減。隨地自如。但非內炤內養有功。必不能招回外來之藥。故大集經云。佛成正覺。于欲色界二天中。即是以元神寂炤於中下二田。內之元陽發耀。外之元氣。自蓬蓬勃勃。包裹一身。渾不知天地人我。此殆內外合一。盜得天地靈陽。歸還於我形身之內。久之。則煉形而化氣。所謂神仙無別法。只是此氣充一身內外焉耳。生等既知真藥。猶要得真火以煨煉之。以神馭氣氣歸神。不必他術自長生。倘於此有離。神不守舍。即火藥失其配偶而旋傾。此以元神採元氣。即如夫婦子母之不可離。離則藥不就。丹不成矣。夫元神虛也。元氣亦虛也。以虛合虛。即是以虛合道。形神俱妙。與道合真。只怕人心不死。道心不生。凡息不停。胎息不動。則不能與天爲一。難以採天地之靈氣矣。若火候之說。更有說焉。火即神也。候即息也。要以元神運元息。即綿綿不斷。固蒂深根者也。要知此個火候。必要天然神息。如赤子處於母腹。隨母呼吸以爲呼吸。自家毫無主焉。斯火真藥真。而丹未有不成者也。生等於此思之。大道不難求矣。

古云。魚飛鳶飛。無處不是化境。水流花放。隨時都見天機。人能於自家心上打掃乾乾淨淨。一年四季。雖有風雲晴雨之不同。而其中之景況。無在而非生機勃勃。有何憂樂之可云哉。獨惜人不知道。美景現前。而味然不覺。只是一腔私慾。身家榮懷。衣食鑽心。無惑乎天人不相應也。諸子當此春日在

樂之初生  
微微採攝  
仍宜混沌

即。久雨初晴。亦有一番新氣象否。要知此個氣象。即是生生不已之機。一陽來復之狀。悟此即知人之陽生活子。如是如是。不增不減也。但下手之初。務要將雜念雜塵。一切掃除。庶有混沌之象。所謂無爲者是也。忽焉神氣相搏。所謂玄關火發。杳冥冲醒。即無爲中生出真消息來。始爲有藥可採。吾見諸子大半上榻時。不知入混沌境。以求陽氣發生。所以空採空煉。不見長益者此也。故曰。採藥於無。恍惚之中。陽氣生焉是也。到得陽氣初生。即吾身少陽之氣。當以少陰之火配之。此時採攝。務須輕輕微微。藥方不走。知否。從此一呼一吸。一往一來。久久醞釀。此醞釀時。即是混沌時。夫以天下萬物之生。非陰以蔭之。雨以潤之。則不能抽芽綻葉。何況丹道。故必於一陽之後。又配一陰。到得陰蔭既久。自得真陽直上。我因其動而升之。凝於泥丸。又當混沌一刻。使神氣交融。化爲一點靈液。到得靈液一降。歸於中黃正位。我於是以自然火溫之養之。待氣機再過。再行法工。諸子工已至此。自有真正神息發見。而口鼻之息。絕無動機。此大藥將生時也。故曰。結丹於無。杳冥之內。靈丹成焉。丹既成矣。養胎於無。溫溫液液。自然胎嬰長成。若非以元氣養元神。元神安得充壯。既不充壯。凡遇一切憂患逆境。皆能動之。蓋以神不壯而懦弱故也。孟子養浩然之氣。至大至剛。塞乎天地。又有何事之可擾哉。不然。聖人亦猶人耳。何以遇患難不堪之境。以及遺大

藥老無用  
藥嫩勿取

所謂有欲  
觀者在此  
坐時一轉  
念耳轉念  
即是不必  
再有所欲  
也

投艱。無不處之泰然。無入不得。夫豈有異於人耶。只是將元氣化成元神。當此之時。氣即神。神即氣。渾合無分。所以能如此也。所患學人有求速之心。反加躁暴之氣。又患陽既生矣。不知是個清清淨淨一個物事。反生一心。加一意。因之夾雜後天。即使送歸鼎爐。封固溫養亦不成胎。古人謂藥老不成丹。即夾後天陰識故也。藥嫩無可取。即是陽氣未見兀兀騰騰氤氲之象。急以意採之。如是行火。反耗散元靈不少。學者須於此審慎行持。庶不爲無益之勞焉。

天地間景物宜人之處。其實不在景物。在人心之得與不得耳。故同一美景。君子見之以爲樂。小人見之以爲憂。蓋以君子之心虛而靈。無時不與天地合撰。是以相觀而益得。小人之私而暗。無時不與造化相違。是以對境而生悲。總在人心之自取耳。爾等學道有日。亦能隨時隨地。而有自得之樂否也。果能於晴雨晦明。皆無所碍。即可以處富貴貧賤患難之境。而無入不得焉。此雖小小事端。然即小可以觀大。生等第一要先有本領。然後不爲世路崎嶇所困。古聖人所以囚羑里而作周易。厄陳蔡而操絃歌。即是胸懷浩蕩。在己先有樂地。是以無在不樂其所樂也。爾等於此界地。切勿謂聖人可能。而我不能也。某生行功多年。氣機雖然條暢。而不見築固基址者。只因下年之初。未見本來真面。是以妄採妄煉。夾有渣滓在內。故不能直上菩提。大開福果也。

性養於虛  
乃能立命  
命立於中  
其神自靜  
神靜於清  
乃有是靈  
其靈能定  
乃能運行  
運行不已  
生機乃定

神而不知  
其爲神而  
不可名者  
然後曰道

。吾念汝平素好道心誠。今與汝挾之。否則爾年邁矣。兼又錯走路頭。欲其返本還原。歸根復命難矣。大凡打坐。必先將萬緣放下。一絲不掛。即是此身亦置之於無何有之鄉。我亦不覺其有象。如此一念操持。即一念歸真。到得渾渾淪淪。無人無我。何地何天之候。即性也。性即仁也。我若有覺。即是真正見性也。由此真性發爲元神。即真心也。明心見性。又何難哉。蓋煉而曰丹。丹即先天元性。然必以真意爲之主宰。然後才爲我有。夫曰真意。即真心也。有此真性。方爲有本。得此真心。方爲有用。否皆盲修瞎煉。後來有蓬勃勃。氤氲氤氲。先天至精元氣。運行於一身內外。上下來往。即是元神煉大藥也。如此採取。如此烹煉。方不是後天神氣。亦不至枉勞心力。大約真性一見。真氣一動。認真修煉。不過一年半載之久。丹基可固。成一長生不老之人仙。總要下手之初。認真性命二字。何爲仙。何爲凡。庶幾採取先天。烹煉一過。自成一先天大道。若雜用後天。猶種良苗而和亂草。烏有好結果哉。雖然。性之爲物。如此易見。何以成道之人。如此其少哉。亦以見性在一時。而煉性則在終身。惟能以先天元性爲本。時刻操持。自然日積月累。而有緝熙光明之候。如初時見性。不過混沌中一覺。不能八面玲瓏。必養之久久。吾身元氣。與太虛元氣無間。方有此境。又曰。人身渾與天地一氣。



無知無能  
無欲無待  
以涵養虛  
全  
其淡定  
於自然之  
順適

除却有我之私。皆是天也。天豈遠乎哉。欲到此地位。須心空無物。性空似水。至於忘物。忘人。忘我。纔有此太和一氣。學者。欲與太虛同體。必使內想不出。外想不入。即出入息。一齊化爲光明。渾覺自家只有一點靈光而已。所謂元始現一寶珠於空中。又謂一顆明珠永不離。又謂煉成一粒牟尼寶珠。其喻名不一。而要不過一靈顯象。常應常靜已耳。苟非採得先天一點水中之金起來。將神火慢慢煅煉。逼之上升下降。收回五明宮內。烏能結成如此之寶珠哉。此即見性見到極處也。先天元性。亦將成法身之時也。吾師今日所云。實實指指出元性本末始終形象。生等由此了悟。不拘於吾師之言。亦不離吾師之訓。各人在身心上認取出來。方爲真得。

人生在世。有許多歲月。若不急早修煉。返還固有之天。一入冥途。又不知落於何道。爲鬼爲蜮。爲禽爲獸。這就可悲。仔細思量。何如修德明道之爲愈也。雖然。修煉固人生美事。獨奈紅塵滾滾。迷失本來性天。不得真師指示。又安能知道行道。而不失其正也哉。故世有多年學道。到頭了無一得者。又有終身勤苦。到後竟入旁門者。更有自修自證。不假師傳。盲修瞎煉。反有傷於性命者。甚有親師訪友。不惜財力。自喜自得。終久受人欺誑者。茲幸諸子一入門時。即不落於異端邪教。亦是莫大宏福。遇而不煉。煉而不勤。就辜負夙世良緣。以後恐難再遇也。某生行功多年。河車運轉已非朝夕。



何以不見基成者。良由下手之初。不得真清藥物。是以夾雜欲妄。一任日積月累。不啻窰頭之瓦。夾有渣滓在內。終勞而無成也。今爲生示。日夜行功。須要先定一時。滅却知識之神。泯乎思慮之念。身坐如山。心靜於水。如此澄淨一番。果然身心安泰。氣息平和。於是將雙目微閉。凝其心神。調其氣息。任其自然。一往一來。一開一閤。呼而出不令之粗。吸而入不使之躁。久久自無出無人。安然自在。住於中宮。此真凡息停也。凡息一停。胎息自見。如此慢慢涵養。自然真氣冲冲。上達心府。此展竅也。蓋以真氣有力。直上冲乎絳宮。庶幾一身毛竅。亦有自開之時。所謂一竅相通。竅竅光明。是又謂一根既返本。六根成解脫。是學者。行功到此。始可自虛危穴起。往後而達尾閭。直上泥丸之宮。若但氣機微動。或僅冲心府。不見七竅大開。又不見一身毛眼皆開。此非真展竅時。切不可驟運河車。況無水行火。必燒灼一身。務要有此境況。方得內真外應。外感內靈。吾身之氣。與太虛元氣合爲一體。所謂真藥者此也。又謂人盜天地之氣。以成丹者。此也。諸子果有真藥發生。流通一身內外。則多年凝滯。陰氣自化爲汗。從毛眼而出。一切濁垢之污。消融淨盡。吾身氣質變化。自漸近聖賢矣。吾再示生前功行久。前路已熟。一時不能丟脫。不妨將我元神。收羅於玄玄一竅之中。宛然無知無覺。似一個愚癡人一般。其實心死而神不死也。此即古人築基已成。只

因和沙拌土。起手夾有渣滓。到後還玉液丹。不能堅固耐久。所以又將從前工夫。一概拋却。獨歸渾穆之天。以淘汰乎滓質之私。此亦一法爾。生請自裁之。吾觀斯世學人。有但知煉精者。有徒然伏氣者。亦有徒事煉神者。一節之修。不無可取。而要其保血肉之身。出陰識之神。總非大道也。更有口言虛無大道。萬緣放下。一塵不染。殊不知放下仍然提起。不染依然大染。不但無爲等教。多有如此。即從事吾門弟子。亦坐此弊。惟爾等有見於此。故吾師喜與生訣。大凡修道。必以虛靈之元神。養虛無之元氣。此個元氣。非精非氣非神。然亦即精即氣即神。是合精氣神而爲一者也。夫人要修大道成金身。非得有真虛元氣。不能也。然知之猶難。何況把持乎。總之修煉大丹。非偶然事。不是歷有根器。萬不能遇。如今切勿自足。還要多積陰功。陰功豈在外哉。只將吾大道遇有緣有德之人。廣爲開化。大功即在此矣。

今觀諸子靜養。多有天心來復。然不見成功者。何也。夫以本原雖徹。而溫養未久。以故理欲迭乘。不能到清淨自如之境也。今爲生告。務要於洞見本原後。時時提撕喚醒。如瑞岩和尚。常自呼曰。主人翁惺惺否。似此整頓精力。竭蹶從事。夫焉有不終身如一日者哉。近時吾不責面壁溫養。煉去睡魔之苦工。然飢時食飯。困時打眠。亦要長長提掇。一昏即睡。一醒即持。不可令其熟睡。長眠不醒。似此一舉。一動。念茲不忘。一靜一默。持之不失

輕輕微微  
始免凡息  
收回空中  
乃不著相  
凡息既停  
方得真息

。即道果有成熟期矣。吾曾云。顏子得一善。則拳拳服膺。又是何等精神。得一善者。即洞徹本來人也。拳拳服膺者。即於洞見本原後。時時提撕喚醒。不許稍有昏沉。而令其本來人爲其所迷也。諸子於此有會心。時時無間。刻刻不違。自然心與理融。理與心恆。猶子母之依依而不忍離也。書所謂念茲在茲。釋茲在茲。即是藥熟成丹之後。始有此光景也。周公坐以待旦。夜以繼日。其即此意也歟。然下手之初。尤要認定清淨藥物。精非交感之精。乃是華池中一團神水。大洞經云。華池神水融。湧泉灌而潤。周流無有窮是。到底生於何所。動於何時。此非慢然從事也。學人打坐之初。屏除幻妄。收拾精神。輕輕微微。坐一晌。忽焉神入杳冥之地。猛然一覺而醒。此時我即觀陰蹻一脈動否。如其有動。我當收回空中。即無有動。亦當收回空中。即精生時也。吾觀諸子。氣機不同。姿稟各異。有動者。亦有不動者。要皆始念清明。立關火發。杳冥冲醒。即無動亦精生也。精生即陽生。此爲真實把握。氣非呼吸之氣。乃凡息停。真息動。充周一身內外。有剛健中正。純粹以精之狀。主宰乎先後天之呼吸。周流乎身內外之陰陽。殆可知而不可象者也。然究竟動於何時。運於何地。坎離一交。凡息一停。此氣即與天地相通。此即氣生之候。由湧泉而上。自十指而起。漸漸周流一身。一如天地氣機。運行不息。苟有一處暫停。即爲死物。爲病機。非活活潑潑。圓通不滯。

真丹本

呼吸非鼻  
息及肺息  
乃默靜而  
心之自然  
息再靜再  
默而進化  
爲炁之天

者也。神非思慮之神。乃由混沌後。無知無覺時。忽焉而有知覺。即真神也。我於是主之。不令遊思妄想。參雜其中。只一心無兩心。只一念。無兩念。即元神用事。識神退聽也。要之神也。氣也。皆乾坤陰陽之所與我者也。乾陽也。陽賦吾性。性寄於心。而發爲神。神則無所不炤。而無物不知者也。坤陰也。陰畀吾命。命畀於身而發爲氣。氣則無時不運。而無地不充者也。此性命之原。亦即神氣之所由立也。然猶非吾人煉丹之本領。修道之真宰也。夫以此個性命神氣。猶是玄關一動。太極開基。判而爲陰陽。寄之人身。則爲性命。爲神氣。猶是一而二者也。若要真正丹本。必於太極未動之前。鴻鴻濛濛。一段太和之氣。非性亦非命。即性亦即命。有非言思擬議所能窮者。爾生今已洞徹源頭。吾不再勞唇舌。

吾師丹還金液。脫却輪迴之苦。爾等還在半途。趕緊修煉。直證無上菩提。庶幾法象常在。永不爲鬼神驅遣。墮入三途六道。不然難矣。莫說爾等後學。未至大還。即如唐宋以來諸仙。多有僅還玉液。未了金丹。到得福緣一盡。業果即臨。看來人不證金仙。猶是凡人一般。不過惡業少。不入牛馬腹。而受諸苦中之苦耳。諸子趁茲法會宏開。教筵大展。天上高真。不以小過相繩。亦不以資格相拘。只要有志入道。無不遂其願望之心。獨惜遇而不煉。即不免苦惱之場矣。生等正好一力承道。不作古今第二人想。立如此大

然息神  
之自然  
息則幾  
矣

辨真覺

志。即仙真亦喜助而不厭焉。想法會未開之年。求道之士。欲得真師傳授。非由千里萬里之遙。勞心勞力之苦。萬不能感格上真。下而拔度。生等如今不出門庭。不勞心力。即得吾師傳立。何便如之。何樂如之。較吾當初得師授訣。十分便易。如此而不修。吾恐仙緣一散。難再遇矣。諸子勉之。今日再訣修煉之要。夫道即太極也。心猶陰陽也。精神魂魄意猶五行也。此道懸於太空。未落人身。無極太極之理。陰陽五行之精。渾渾淪淪。浩浩蕩蕩。團聚一區。有何五行。有何陰陽。究有何太極哉。總之一空而已。一真空而已。當一感而動。一觸而起。又至奇至妙。至靈至神。而化生萬物於不盡。極奇盡變以無窮也。迨至落於人身。成血肉之軀。氣質之變。物欲之染。五行非其真。二氣非其故。即太極亦錮蔽而不見矣。修道豈有他哉。不過教人去其本無之污。以還固有之良已耳。初下手時。先要認自家太極。太極即本來人也。認定此物。以我一點知慧燭之。達摩所謂淨知妙圓。體自空寂是。是於無知無覺時。忽焉有知覺。即淨知也。妙圓也。即本來人也。故曰此一覺也。亦無他物。以虛覺虛而已。吾人於混沌時。有此一覺。急忙提真念。用吾真意。此意雖主發作。然只一心無二。猶是本來之意。去道不遠。以此交媾水火。會合金木。久久烹養。後天心肝。脾。肺。腎所藏之精神魂魄意。打併一團。渾是先天真陰真陽。所謂返於太璞。還於太初。仍是當初

未生時渾然一團元氣是也。如此則近道矣。人身還有緊要之處。如山根立膺二竅。皆是通精氣往來要道。人能存想山根。則真氣自然上下。復歸黃庭舊處。人能觀炤立膺。則真津自然攝提而上。爾等每行一次。此二穴不可忽也。古云。立膺氣管受精符。又曰立膺一竅生死岸。又古云山根是人初生命蒂。吾人開督閉任。通氣往來。即是此竅。苟能存神於茲。自可長生不老。却病延年。

進火準時

吾見生等河車之路已通。此時不用河車。流通一身灌溉丹田。勢必精盈氣滿有傾倒之患。故易曰。日中則昃。月盈則食。天地尚且如斯。而況於人乎。古人傳周天工法。莫如丹經所云。問吾子在何時。不過藥生時節。此藥之生。杳無氣息可尋。忽焉坎離一交。偃月爐中玉蕊生之候也。此爲真藥發生。我於此尋得太初元始之氣爲首。以元年。元月。元日。元時。發火行工。方是天開黃道。大吉良辰。如此之藥。方不夾後天滓質。生於此審慎其機。不過老。不過嫩。方不爲藥生而不採。仍化爲後天有形之物也。至於午退陰符。又是何狀。古云。問吾午在何時。不過藥朝金闕。顧何以知其朝金闕。上泥丸哉。其必於進火之時。輕輕微微。用起後天呼吸。將元氣催促上於崑崙頂上。此時雖不見銀浪滔天。金晶灌頂。百脈悚然。九宮透徹之大效。然而藥氣上升。周身踴躍。氣機運轉回施。無有一毛一竅之不到者。恍覺身如壁

拱

立。意若澄淵。此真陽盛之時。正陰符起手之時。所謂錫極生陰。斯其旨矣。生等行工至此。須退而向下。不可仍用催迫之力。若再行火。勢必將元氣逐散於外。而不能收回五明宮中。以爲丹本。是空運也。有何益哉。又云。問吾卯在何時。紅孩火雲洞列。若無救苦觀音。大藥必然迸裂。所以勿門宜沐浴也。夫以氣機之運。充周一身。要非先天真火。都是後天相火爲之。若意思太重。氣息太緊。有如夏日秋陽。人不能耐。所以有紅孩相火之喻也。斯時。即當退火停符。一心了炤。不東思西想足矣。故曰。若無救苦觀音。大藥必然迸裂。夫以觀音喻者。以大士大慈大悲。一片仁慈藹藹。當以楊枝遍洒淨瓶甘露。以救人間煩惱。此時亦當以仁慈和藹之心。出之。了無煩熱爲患矣。又云。問吾酉在何時。即是任同督合。斯時若沒黃裳藥物。如何元吉。酉沐浴者。即以氣息退於絳宮。此時後之督脈。與前之任脈。兩相會合。聚於一區。何以知其絳宮。絳宮之地。神氣凝聚。勢欲充滿。甘津滴滴一路有聲。此時三寶會於絳宮。而炎炎火勢。又似如焚。我惟以冲和之意。保之守之。而氣息之上下。亦聽其自然。即退陽火。停陰符也。停之片刻。然後收回斗府。溫之養之。太和元氣。在是矣。學人行工至此。將藥氣收歸爐中。覺炤不息。久之靈光晃發。炤於滄溟北海中央戊己之界。如日月之長懸。此我之元神。化爲玄珠者也。故曰。水底玄珠。又曰。土內黃芽。要皆



明心見性  
之真相

自家本來元神。化爲真意。到此收斂時。真意仍化爲元神。以返還于先天一元之理氣。渾然無疵。粹然至善也。生等每坐一次。亦覺有此元神。閒閒雅雅。氣機動而他不動。氣機靜而他無靜。此正本來人現象也。見此即見性。知此卽爲明心。且有此一覺之悟。即大覺金仙之基在乎此矣。生等已了徹此物。實有此物。慎之慎之。毋自負焉。

坐貴息通  
息通蒸通  
然必心空  
乃運苟有  
一絲相牽  
則初坐轉  
覺細如繼  
坐而滯如

人生斯世。除却修道而外。一任享不盡榮華顯耀。皆是虛假文章。空頭事業。惟有修成大覺。可以快樂千萬年。比人間之聲勢。爲大爲小。孰得孰失。不啻天淵之判也。然亦千年而一遇者也。諸子幸逢良會。趕緊修成。豈不勝人世富貴萬萬倍哉。而或者難之。以爲此個事業。雖遇良緣。幸有前根。要非三五年可得。世有修之終身而毫無所得者。更有造之夙劫。而未能有成者。夫豈似人世富貴可旋操而旋得耶。詎知有志者事竟成。苦心人天不負。只怕人無志耳。不盡心竭力耳。焉有修道而道不爲我得哉。其不能遽得者。良由見之而不行。行之而不力。因循怠玩。甘自暴棄焉耳。苟能一力前修。如饑者之飲食。渴者之求飲。專心致志。壹氣凝神。夫焉有不成哉。古云辛苦兩三載。快樂幾千年。昔賢之言。如此其便。夫豈誑語以欺人耶。又孔子曰。我欲仁斯仁至矣。以我自有的。而自修之。不似權勢功名。操之在天。而我不能爲之主持。斯言誠道盡學人之本始。可不勉乎。茲見諸子身心有得。



矣久坐則  
若有物常  
亘于蒸海  
中矣

恍惚杳冥  
即是真水  
之生要在  
恬適溫養

趁此嘗其滋味。再加猛烹急煉之功。而出以淡泊和平之意。不待三年五載。即此一年之中。自有大效昭然。雖前世今生無冤怨。然總在多積陰功。以消孽債。庶一舉而成。不受魔纏禍侵矣。且於此工夫有進。尤宜禮斗禳星。請諸仙衆聖。同作證盟。代爲消魔斷障。庶幾一直造成。此自古修真人第一要務。諸子勿求速效。須知急成者。非大器。躁進者無大功。不如養神養氣。極其剛健中正。純粹以精。然後行返還七日機。不患其不成也。且神之養極其純。氣之養極其粹。於此不還玉液之丹。似乎無用。要知此時養得十分純粹。以後還金液之丹。更爲便易。不需九載十年之苦。便可飛昇大羅。生等思之。然歟否耶。無奈而今學人。只道守中一則。是歷代聖人心法。始而守有形之中。繼也守無形之中。即可成仙作聖。豈知守中得藥。只算半邊學問。縱云陽生。只算孤陽。至無陰汞以配之。猶不能結仙胎。夫以其有男而無女。無由交合以生仙也。尤要明採取之法。藥微不升。藥老氣散。此中須得一苗新藥之生。採之取之。以之運行河車不難矣。此無他法。但觀自三十至初一初二。皆是晦暗之候。毫無光華。此即無藥藥微之象也。迨至初三。月出庚方。一彎新月。現於天表。僅有一綫之明。藥之新嫩。亦是如此。故曰。有人問我修玄事。遙指天邊月一痕。是可見一陽之動。其勢雖微。其幾大有可觀。須仔細探討可也。總之。藥生不難。必要元神駕馭其間。

諸子須知真神發爲真意。以爲主持。自可由微而之著。不至爲後天知識之神打攪。而散矣。此爲要訣。何也。神清則氣清。神濁則氣濁。一定理耳。至於抽添之法。即抽坎中之陽。添離中之陰。陽即鉛。鉛即氣也。陰即汞。汞即液也。雖氣上爲雲。雲下爲雨。雨化爲氣。而成雲上升。雲化爲雨而下降。即氣生液。液生氣。液氣相生。凝聚一堂。以神火煉煅。即成刀圭妙藥。但行工之始。一陽初動。昔人比震雷振動山頭雨。即教人如雷之忽響。突然而覺。即立關竅開時也。故曰。靜中陽動金離鑛。地下雷鳴火逼金是。是即天人合發。何謂天人合發。從無知無覺時。是純乎天。不雜以人。忽焉有知有覺處。是純乎人。亦不離乎天。故曰天人合發。如此天人合一。始是真陽可以爲丹母者。諸子亦曾探得否耶

生等行工已久。損幾多煩惱。憂慮。疾痛。疴癢。卽此些些小報。思之亦是人間上品仙也。何況由此而修。更有上無以上。元之又元。爲萬古之仙。享清閒之福也哉。生等思之。孰大孰小。自當從其大者而爲大人。不墮於小人羣可矣。第此事關乎天命。非無緣。無德。無福。無根之人。可以消受得。以故丹道不輕傳。惟結得有仙緣。種得有道根者。方能遇而能知。能知而行也。否則即幸逢法會。得聞正宗。其中魔纏禍侵。斷乎不免。就是有德有根之士。上天亦必多方省試。以觀其心性堅貞否。至外侮之來。都是我前生今

世所造。應償者償之而已。毫無怨天尤人之意。若某生家人、不受調度。亦爾孽緣夙締。莫非命也。順受其正。孟子之言。可玩矣。他如修煉。還要無磨自勵。越磨越堅。縱有不測之事來前。順而受之。自然無事。

吾示河車一法。其中還有未仔細處。夫天人冥合。一陽初動。藥之初生。有如此狀。身心恬靜。專氣致柔。丹之初凝。亦如此狀。俱離不得以柔以默。以默以靜何也。陽須陰配。若是用剛用動。是男配男也。焉有變化。且心神不歸渾璞。一於清朗朗。光明洞達。神即散遊於外。不與氣交。此所以必用柔也。太上云。挫銳解紛。和光同塵。可默會矣。雖然真陽始生之初。只宜輕輕微微。採取提升。古云二分新嫩之水。以二分火配之。到得升而至於腰脊。斯時氣機蓬勃。略有冲突之狀。又不妨意思著緊。總之河車一路。象天地一年造化。從冬至羣陰凝閉。一陽初起火。試思此時之陽。爲何如哉。到得三陽開泰。又是何狀。至于六陽已到。天氣大暑。又是如何。從此陽盛之時。忽生一陰。漸漸秋涼。至於隆冬嚴寒。進退歸爐。俱要觀天道。以執天行。庶合法度。否則河車一法。丹經俱言。大有危險。不順天道行工。勢必多凶少吉。生等於此思之。河車無難事矣。至若真陽不見大動。不妨久久靜養。十二時中。無有間斷。自然氣滿藥生。不須三兩月爲也。要之道一而已。清靜經云。內觀其心。心無其心。外觀其身。身無其身。學人打坐守中

採煉之精  
義則自  
然而通  
化而不  
知其化  
是自然

動爲真機  
不靜則不  
動

虛空無即  
精氣神

。總要將我血肉之身心。看得空空洞洞。惟有凝神於虛。合氣於漠已耳。夫虛也。漠也。即神氣混而爲一。返還於先天渾淪一氣時也。即此是真藥。即此是靈丹。別無他物以爲藥爲丹也。故曰。人必外其身而身存。虛其心而心在。學人祇要心無染著。混混沌沌。自然與道合真。此即採取也。亦即烹煉也。所謂不採之採。勝于採。不煉之煉。勝於煉者此也。果然如此一空。萬緣自放。全體自存。此身自淨。此心自靈。夫以其虛而無物。即天地萬物。無不在我運量之中。天人合一之道。惟此一虛。生等未行河車。不妨出之以虛。不著色。不著空得矣。

吾師屢言生身受氣之初。諸子還未了悟。吾今再詳言之。人未生以前。此氣渾於於穆。同夫太虛一氣。自念頭起處。不知不覺。此氣即落於父精母血之間。然而此時只有精血一團。無有形骸肢體。我又在何處哉。此時一點元陽真氣。充滿於精血之中。由是日培月養。漸充漸長。遂如雞卵之形。於是有個腔子。我之元氣。即附於腔子之內。由是下生兩腎。上生一心。心腎相去八寸四分之許。而元氣滾滾轉轉。處於其中。又久之生督脈於後。任脈于前。而五官百節。始漸次而成矣。要皆元氣伏於腔子裏。而後才成一身之形。內有知覺之靈。神明之變也。後之人欲修金丹。以成金仙。又豈可離此腔子。而外有所圖哉。故曰。心要在腔子裏。念不出總持門。是吾道教人必以心

光目光。了炤丹田。是千真萬聖。返本還原。復命歸根。滴滴歸原之正宗也。諸子已知道本來人。我今特示本來人所居之地。調養久。丹田中覺有一團氤氲。冲和活潑之機在內。即本來人現形也。太上曰。恍恍惚惚。其中有物。物即氣。氣即陽也。杳杳冥冥。其中有精。精即精明不昧。惺惺不亂也。不是凡精。不是清精。殆所謂心精獨運者是。其精甚真。其中有信。信非旁門云。陽生活子。與外腎舉之時。有信音至。蓋謂此精是純粹以精之精。我心必有一段至誠無妄之心。確信得生死事小。性命事大。任他萬事紛來。我皆有個安厝。而本來人毫不爲之動色。此即返還無極之真也。諸子從今以後。務要於一念之萌。果是天良發現。自有一番真趣。我必修養於中。藏之深深。即易云洗心退藏於密是。若瞥地回光。忽覺丹田中上下往來。周流不息。有活潑不滯。流行自如之機。我亦保之養之。務令此氣日充月盛。故曰。仙人道士非有神。積精累氣以成真。此即積累精氣之細密工也。至於保身體。養心性。要不過由此而致之。生恐事物之累。有碍修持。要知今生事物。皆是前生孽緣。不必掛心。聽之自然可也。生只管行工如常。時以精氣流行無主。虛無不著爲用。則在在處處。都是我本來人現象矣。生亦知之乎。尙其爭着祖鞭焉可。

古云。虛之極。無之極。忽然洞見本原。而仍以虛無養之。不起一念。不參一

見。渾若無知愚人。打不知痛。罵不知恨。才算有道高人。所以古云。學到如愚。才是賢。但非若世之愚人。靈機滯塞。全無活潑圓通氣象。吾之所謂愚者。只是一個空洞了靈。一任本來性天。似非凡夫所思右想。朝營暮求。事事都在身上打算。不知維天有命。毫不能主。到頭來枉費精神。空勞心力。與其後悔。不如急早行仁。雖然。仁又何以行。孔子曰。我欲仁斯仁至矣。何便如之。而要其下手時。尤必於平日認得本來人清楚。養得本來人浩大。方爲得力。雖動靜有二。而其渾灝流轉。天理流行。却未嘗有或異。所以素位而行。無入不自得也。諸子果能隨時了炤。收拾神光。一歸混沌之天。全空人我之見。才算無極之體。及其一感而動。無物不了了。目前盡在我包涵之內。才見無極而太極之用。雖然全體大用。諸子未必卽能。但當於天理來復時。瞥見空洞了靈。切不可爲樂。蓋樂屬陽。憂屬陰。陰陽對待。迭運循環。行工到此。須一切放下。八識渾忘。才完成得一個太極之理。運至於鼎。結之爲丹。才是神仙真本領。苟於此有分別心。愛憎恨。不惟於道添一魔障。且即僥倖煉成。亦要另起爐灶。做還虛一著工法。若能如吾所教。一得之時。毫不動念。天然自然。與太虛同體。不須他日打坐。又費許多精力也。知否。又人於靜時。則歡喜。鬧時則煩惱。豈知當鬧之際。人聲沸騰。事物繁擾。此氣已爲之動。與其以此猛力去惡鬧。不如以此大力去習定。古云

先陽必須  
火候調勻  
太過則未  
船易枯不  
及則當與  
雞透多坐  
缺坐皆最  
爲忌

。人遇開時。正好著力回頭。當前了炤。驚然一覺。撞開個中消息。勝於竹椅蒲團上打坐。百千億萬次。生能確見確信否。試從今夜始。凡遇他人喧嚷。關我不關我之時。我總總益磨益堅。如今鋼百鍊。不爲之稍變其色。此中得力。較靜處綿綿延延爲多也。吾再示諸子修煉至此。不似當日身心毫無把柄。大凡行動應酬。常常用一覺心。覺得我自有千萬年不壞之身。以外一切事物。皆是幻具。何足爲我重輕。不但外物。即此身亦是傀儡場中木具。我在則能言能行。我去則頽然靡矣。又何足爲我恃耶。惟有本來元氣。生死與俱。動靜不離。極之造次顛沛。亦無絲毫增減。我維常常持守。拳拳服膺。一空塵垢。自能洒然融然。脫壳而去。做一個逍遙大丈夫。此不過數年之功。其成也亘古今而不變。超天地以獨存。較之百年光景。數載榮華。孰大孰小。諸子自能辦之。嗚呼法會不常。道筵難再。吾振鐸此山。已經十餘年。幸諸子已得個中三昧。諒想再教一年。大有可觀。萬勿辜負韶光可也。修養之道。不外一陽。而陽之始生。在乎陰之已極。猶今日陰霾四塞。不見化日光天。必須慢慢吹噓。久久熏陶。忽然凡陰不勝眞陽。恍如夜半子初。海中雲霧。漫漫一爲旭日瞳瞳。炤破層陰。現出眞陽。而目不覺有色有聲。如茶如火。大現光華矣。然此個眞陽大現。非自今日之一靜。即可得此奇觀。必於日久之際。幾經培養。幾經揜閉。豁光晦迹。藏蓄久久。然後漸而積



之。乃有此光輝發越之狀。夫至陽赫赫。在乎至陰肅肅。生機在息機之中。生氣在息氣之內。此天地人物不易之道也。切勿於靜裏修持。不見乾元面目。遽爾下榻。須知天地之道。萬物之情。不養則不胎。不積則不成。日夜息氣養神。雖無一點動機。一團生氣。然而其機則自此而萌。其端則自此而肇。靜養之時。即是陽生之時。不過始初修煉。不大現相耳。生等邇時氣機。有動有不動。兩般須知。動者固不可自畫。不動者亦不可自棄。蓋道之爲物。失之在終身。而求之期一旦。其可得乎。即云有動。此猶初基。不可以爲神妙之極。抑知道無底蘊。進一境更有一境以相招。果能功無止境。學不中弛。久之而精者出矣。又久之而神妙生焉。所謂彌久彌芳者。此也。大凡行工到無味之時。而滋味必從此出。蓋天之爲天。非陰極則陽不生。夫以物窮則反。道窮則變。天地之理不窮則不變。不久則不化也。詩曰。山窮水盡疑無路。柳暗花明又一村。又曰。人做工夫做到四方皆黑。無路可入處。方有入。總之大疑則大悟。小疑則小悟。無疑亦無悟也。吾師環顧及門。行工已久。纔當陰極生陽之初。層陰爲眞陽激動。忽然陰陽交爭。兩不相下。此中大有不暢遂。謂我無根器不能入道。一旦而思退者有之。更有一下手即尋效驗。因之而遇魔簸弄者有之。要皆願力不大。修持不堅。見道不明。信道不篤之過耳。生等耐得辛苦。所以有此奇觀也。至於神氣有一分交合。自有



神氣之交  
全由混沌  
水火無所  
不化初得  
其功則心  
化爲神肝  
化爲信脾  
化爲腎  
化爲智

發明心之  
眞體一矢  
破的

一分混沌。有十分交合。自有十分混沌。此始息凡氣。生真氣。死凡心。生道心之端倪也。有此混沌景象。始驗我神氣之交。而太極之眞還焉。果到神氣大交。自然渾渾淪淪。外不知有人天。內不知有神氣。宛如雲霧騰空而起。無有渣滓間隔。適與天地人物。渾化而爲一氣也。化即致中和。地位萬物育焉者矣。爾等行工。要到此個境界。才算現出乾元眞面目。充滿於上天下地。而無有盡藏也。從此再加溫養。再行煅煉。務使一身之陰。盡化爲氣。一身之氣。盡化爲神。即是百千億萬法身。而無有底止也。生等雖未至此。然而法身已蓄。將來自有此壯觀。總要積久而後成耳。切勿求速效焉。吾教生緝熙之法。熙者何。光明也。人心之明。發於眼目。心光與目光相射。而緝續不已。自然胸懷浩蕩。無一物一事。擾我心頭。據我靈府。久久涵養。一片靈光普照。不啻日月之在天。無微而不昭著焉。只怕一念之明。復因一念之肆。而明者不常明矣。猶養自然。必外慎風寒。內養神氣。不使一芥塵埃介於其間。而自自然長明。一見山河人物。無不周知。苟平日未曾養。則目暗神昏。雖有好歹妍媸。昭然在即。亦不能辨。人之養心。又何異是。夫心非血肉團了之謂也。其中最虛最靈者爲心。昔孟子言養心。在於寡欲。而獨牛山與勸心章。一由平日以存夜氣。一由集義以生浩氣。亦何重夫氣而略於心哉。蓋以心乃氣之靈。氣爲心之輔。人能氣不動。則神自寧。神

乾坤交

火不得其  
功則木灰  
土焦而性  
命爲害故  
必平心靜  
氣而引火  
就水

心關結滯  
則百脈皆  
阻

一寧。則心自泰。所以不曰養心。而曰養氣。良以此也。是養氣不誠養心之要訣歟。倘不於氣養之深深。而徒於心求之切切。無惑乎終日言養心。而不得其心之寧者多矣。請觀之魚。心猶魚也。氣猶水也。魚得水則安。心得氣則養。一定理也。諸子從學有年。亦知養氣之道乎。吾言收攝黃庭。溫養煅煉。即養氣之功也。爾生亦曾知之。否耶。

再示坎離交而生藥之後。尤要知乾坤交而結丹。乾者性也。坤者命也。即金木合并也。如第運行水火。只有藥生。不見丹結。其必由坎離交後。坤交乎乾。四象攢簇一團。方見造化之妙。且水火一交。眞陽始產。我於此盜其氣機。引而升之天皇宮內。凝息片時。務要奮迅精神。掃除雜念。一意不紛。一念不起。如此溫養一番。自然龍虎爭鬪。撼動乾坤。霎時間。那泥丸陰精。化爲甘露神水。寒泉滴滴。落我絳宮。有一片清涼恬淡之致。久久羣陰剝盡。一靈獨存。喉中堪吸涕。鼻內好栽葱。其境不一而足。皆由神火溫養。性地回光。一腔陰私。消歸無有。所以神神相通。氣氣相貫。不但通一身之毛竅。且達天地古今過去未來之事。噫神也。仙乎。妙哉妙哉。其眞玄哉。要不過由一念之明。一氣之養。以至於如此者。吾師今與道破。爾等若遇此景之生。切莫著驚。驚則神馳氣散。又辜負金花發現矣。淑端守節孤苦。願修大道。眞乃不凡之女流。吾甚憐之。且深贊之。要之學

道無他。只是一個洗心滌慮。虛其心以爲基。虛則靈。靈則真心見焉。元性生焉。此即明心見性。之一端也。總要知得明心見性。不是大難之事。人能一念返還丹田之中。用意了炤。始初動念即心矣。明則明此。別無明也。未動念之前。一片空明。虛虛渾渾。了無物事。此即性也。見者。見此。別無見也。果能明心見性。如此。此即於羣陰凝閉之時。忽然一陽初動。瞥地回光。即古人謂冬至陽生。夜半活子時至之一候也。我於是回光返炤於乳房。是爲水源至清。可以煉神仙上藥。始之以却病延年。終之以成聖作真。要無非此一候爲之基也。然吾說此法極高。猶恐婦女難會。再示淺淺之學。下手之時。身要正正當當坐定。心要安安閑閑靜鎮。務要自勸自勉。想天下事無一件是我之真實受用。不但兒女夫妻。轉眼成空。究竟如旅店之客。終夜而別。各自東西。爾爲爾。我爲我。兩下分張。即血肉之軀。一旦眼光落面。氣息無存。此身已成糞土。所存者只此心性耳。平日修煉得好。一片清機。了了靈靈。絕無昏沉。即升天堂矣。及至轉世投生。我心如此其明。性如此其靈。又誰肯墮入馬牛之羣。此即見心性養得好者。千萬世俱有受用也。且明明白白。誰肯就貧賤苦惱之家而投胎。必擇其好者而生之。此理也亦情也。若未曾修煉之人。一日身死。心中懵懵懂懂。真猶瞎子亂鑽。不擇坡坎險阻。其投生也如有冤債牽纏。不入三途六道。即墮貧苦之家。此勢所必然也。

實貞等有心斯道。邇來歷險阻艱難。塵情諒已知是幻化。不肯容心再戀。吾師勸爾等。人間富貴恩愛。縱多亦不過五六十一年。終要分離。又何如道修於身。享受億萬年而不滅也。趁此看破紅塵。打開擘網。用力一步跳出。日夜惟有觀炤乳房之中。出入之息。一上一下。任其天然自在。其呼而出也。上不至冲動頭目。其吸而入也。下不至衝於水府。一聽緩緩而行。悠揚自得。或百或千。任其所之。不可記憶。惟是凝神於乳房。調息於乳房。順其一出。一入之常得矣。久久從事於此。自然陽氣發生。一身健旺非常。較平時金玉財帛。夫妻兒女之樂。爲大矣。此雖微陽偶動。仍收蹄爐內。不可下榻。嘆家常。做外事。庶日積月累。大有成效。

大道非他。不過一太極而已。天地之間。化化生生。極奇盡變。不可測度。豈後天尸氣爲之哉。殆先天一元之氣而已。如今道侶。祇煉後天之氣。養後天之神。縱然做到極好。亦不過色身健旺焉耳。而一點至靈至妙之神。絕無有也。以故生則壽高百歲。死與草木同腐。雖有強弱之不同。及其歸根入墓。仍與凡夫之生死無異。所以生而死。死又生。輪迴轉轉。不免六道沉淪。三途陷溺之苦。蓋以道止一物。藥止一味。不得太極根源。大藥種子。雖日夜修煉。猶是有形氣之姿。而欲其通玄達妙。出日步月。不可得矣。夫天地間至神至妙。至精至粹。而變化無方。隱顯莫測者。莫如太虛元氣。即無極也。

一氣渾然  
先天之性  
在其中已  
一氣勃然  
後天之命  
固其中已  
固必必先  
清性清性  
必先見性  
見性之功  
靜極思動  
之候也  
得其自然  
乃有真息

。此氣渾渾淪淪。實無物象。又曰虛生太極是。然古今來。神聖賢豪。及一切飛潛動植。胎卵淫化之靈。而異者。無不各得此元氣而來。然第曰太極。猶是虛無之端。不可以神變化。迨至氣機一動。分陰分陽。迭用柔剛。而太極之功始著。夫太極理也。陰陽氣也。理氣合一。而天地人物生矣。理氣合一。而聖賢仙佛之丹成矣。爾等修煉。必先凝神於虛。合氣於漠。此心此身。渾無一物。忽然一覺而動。以我之元神。化爲真意。主宰乎二氣之迴旋。而後一氣之實。仍不外太極之虛。所謂真陰真陽。結爲一黍之珠。微妙圓通。深不可識之神丹也。雖有水火之交。乾坤之運。此往彼來。旋轉不息。歸爐封固。烹煉無遺。總是一個虛而無朕之意處之。始足盜天地之元氣。不似生形生質者。實有其種類也。此爲無上上乘之妙道。吾觀諸生。有云年老氣衰。鉛汞欠少。又豈知先天元氣。無虛無實。不比後天物事。有消有長。我今直抉其微。夫人只怕煉心養性之無功耳。果能明心見性。實有諸已。則神一凝而氣自壯。神一清而精自盈。蓋志者。氣之帥也。神者。精之祖也。神聚則氣聚。氣聚則精聚。神清則氣清。氣清則精清。爾學人果能萬緣放下。一空所有。則神清矣。果能凝神於虛。回光元竅。則神聚矣。斯時也不必求口中津生。香甜味美。然此屬枝葉小效。有之亦不足貴。即丹書有云只見黃河水。滔滔逆流。亦不過言氣動精生。虛擬其狀有如此者。若云實實

真息綿綿  
若有若無  
即實即虛  
而後可以  
造夫真境

性可見而  
不可捉也  
能捉之使  
固於一胞  
則其靈性  
運命之化  
者惟在於  
一刹那間  
己  
真清則明  
明無不見  
心有其玄  
無遠弗屆  
無微弗燭  
即未來前  
知皆可以  
至其奧己

有之。亦是後天有形有色有味之精。非先天至精。不足重也。總之。神凝氣聚。其身內身外。自有油然而上升。潏然而下降。充周上下。盤旋內外。實有肫肫具仁。淵淵其淵。浩浩其天境界。又實有剛健中正。純粹以精氣象。生等行工已久。或有此神妙之機。只是未曾醞釀。不見久於其道。而大化流行不息耳。生等切勿疑年老藥少。日養虛無之神。而不見滿口津液暢於四肢可也。

古人有二乘工法。其法維何。即佛子云。臥輪有伎倆。能斷百思想。此即人定工夫。在止念也。上乘工法。又古佛云。慧能無伎倆。不斷百思想。此即豁然貫通。無有無無之境界也。然此等地步。夫豈易幾及哉。必由下乘工夫。勉強支持。久久資深居安。自有左右逢源之候。吾再示止念之工夫。人思慮營營。自墮母胎而後。已爲氣質之性拘蔽。不能如太初之全無事事。及知識甫開。嗜好一起。而此心此神。憧憧往來。朋從爾思已。不能一刻之停止矣。於此而欲使有思無思。有念無念。非百倍其功不能。且徒止之。未必即能至於無思無慮。而況念起一心。止念又一心。不惟無以止息其心。且縱此心而紛馳者多矣。此又將何以處之。惟有以神入於丹田。納氣會於規中。此即水火交而爲一。到得水火既濟。兩不相刑。則神之飛揚者不飛揚。氣之動蕩者不動蕩。即是止念之正法眼藏也。到有事應酬。我惟即事應事。因事而

施。稱量爲予。務令神氣之相交者。仍然無 於其初。斷不使外邊客氣。奪吾身之主氣。其功不過些些微微。以一點神光覺炤之。不使氣離神。神離氣。即止念矣。不然一念起而隨止之。一念滅而隨滅之。起滅無常。將有止之不勝止者。似此之不止。更甚於克制私欲之功多矣。何也。蓋神氣之交。渾然在抱。即得本來真面。真面現前。即止念現前。那一切邪私雜妄。自不能干。任他千奇百怪。遣大投艱。我惟守我本來。還他外至。斯又何惡於事物之煩哉。然而紛至沓來。未必全不理他。不過如吾前所云。惟因物付物。以人治人。斯得應而不應。不應而應之旨也。生果能止念。則心神自寧。慧光日生。切莫存一自得之念。只覺我之所修。了無一得。縱有寸長。都是幾經閱歷許多辛苦得來。一旦失却。前功盡廢。故曰學如不及。猶恐失之。有此一念。自然常操常存。不識不知。而順帝之則矣。否則。忽焉而得。得即欣喜。忽焉而失。失即憂慮。此個欣喜憂慮之念。即打散我之神氣也。知否。此爲生近時切要。炤此行持。即古佛所謂不斷百思想。菩提怎麼長之謂也。如未到此境。不妨用刻苦工夫。始至無思無慮之境。

太上曰。查查冥冥。其中有精。即此陰氣凝閉之時。萬物焦枯已極了。無聲臭可聞。亦無形色可見。於此浩渺無垠。微茫莫辨之中。正是精生之候。知否。既明查冥無朕之中。真精由此而毓。若起一明覺。則減一分查冥。而真



精不能完全。無以爲生育之地矣。又知否。及杳冥已久。正如今日層陰沍結。陽氣於此而胚胎。久久調養。宛若無知無識。同夫蚩蚩之氓。忽然一覺而動。則恍惚生焉。變化見焉。而後真一元陽。卽於此見其端倪矣。此正太上云。恍恍惚惚。其中有物。物卽一陽之氣。天地人物發生之祖氣也。所謂天地之心。卽此而可見矣。諸子務要於一陽未動之前。杳杳冥冥。渾不知有天地人。我始是藏蓄之深。我美內含。迨至一驚而覺。眞陽始現象焉。此個陽。非易得也。必於陰氣凝閉之極。我惟虛極靜篤。一無所知所有。而後眞陽始得發生。故人之生。生於此陽。卽天地萬物之生。亦無不生於此陽。試觀地有形也。月有魄也。猶人之有身一般。地不得天之元陽。月不得日之陽光。則地與月。猶是冷冷淡淡。塊然一死物耳。惟地承天之氣。月得日之光。地能生育萬物。月能炤臨萬物。人之採陽。又何異是。顧何以採而得之哉。蓋人一身盡是昏沉魄氣。惟有雙眸之光。始露一點眞陽。此陽卽眞性眞命。無極太極之蒂也。我能回光返炤。一無所知所覺。所思所慮。純純乎就範於規矩之中。卽採回陽。以爲生生之本矣。迨至水府之地。忽有一點蓬勃氤氲之氣機。自不識不知。無思無慮而來。我將何以養之。不必他求。前以查冥而得之。仍以查冥而守之。以還我不識不知。無思無慮之天而已。吾想人一回光。卽有生氣。凝蓄丹田。可以長存不壞。猶物之逢陽則生也。又何況藏蓄



先天之無  
後天之無  
無神以存  
無神以亡  
無而凝  
無而固  
氣無而固

之久。真陽發生。焉有不爲長生之真人哉。但恐學者作輟相仍。斯不免有生  
死耳。果能常常持守。即不築基。亦可我命由我不由天也。

今日偶聞生等。高談闊論。有會心之處。所論人生根本。是無極而太極。一  
點鴻濛初判之始。氣誠不爽矣。然亦知仙凡所分。只爭些須耳。且由此而施  
存之。涵養之。運起坎離水火。以待氣機之萌動。然後子進陽火。午退陰符。  
攢五簇四。會三歸一。收歸爐內。仍還太極之真。夫太極理也。生生之本也。  
陰陽氣也。生生之具也。離太極則無生生之本。離陰陽則無生生之具。又  
將何以成法身於白千萬億也哉。吾教所以有玄關一竅。佛祖所以有有情來下  
種之論也。若無情則無種。無種則無生矣。第此種發生。稍不及防。即落後  
天塵垢。不堪爲藥。吾故教生等於無知無覺之際。忽然而有知覺。此震雷發  
動。復見天地之心。是其旨矣。但須平日具得有明鏡慧劍。乃能不失機緘。  
否則一覺之後。又覺及他事。不可用矣。故曰。太極本無二。只因霎時變幻  
。即成後天物事。所以後之修士。同一修煉。而有幻丹真丹之分  
者。蓋由此一息偶動之能乘機與不能乘機之故也。果能乘。玄關一竅。不失  
其機。須知先天元氣。必要先天陰陽水火調養。始能同類相親。古人喻抱雞  
當用卵。補鍋必需金是矣。由是以我元神。引之開關。上泥丸。我頭目之昏  
暈者。被此神火一炷。盡化爲神水。入於絳宮。一片清涼。此即易所謂山澤

通氣也。然此氣此液。實爲長生大藥。可以養毓凡體。生成法身。學人果得此真氣靈液。多年頑殘宿疾。皆可從此而普消。只怕一杯之水。難救車薪之火耳。可知玄關一動。其間才有本來人。仙家種。除此一點動機。就是虛室生白。亦是幻境。他如二候陽生。四候採取。一概都是陰陽水火。只可言生物之具。不可言生物之本也。試觀天地陰陽不運。則萬物不生。人身坎離不交。則四肢難暢。人欲疾病不染。壽命長延。惟有以先天真陰真陽。循環迭運。自享遐齡。至於身外有身。子生孫兮孫又子。百千億萬法身。都從此出。所謂二候溫養。即天地涵濡。陰陽二氣之常也。四候運行河車。即四時行。而日暄雨潤之謂也。至於囊籥之吹噓。即風以散之也。精神之振整。即雷以震之也。順其自然而運。不可不爲。亦不可有爲。即兌以悅之。而後生機勃發也。進之退之。送歸土釜。即艮以止之。而後生息蕃衍也。若非乾之主宰。坤之收藏。維植於中。含蓄於內。其有成者亦鮮矣。吾常云。只要認得本來人。陰陽水火。日夜運行不息。不必築基。亦可長生。故歷代名儒。只以養虛無之性。爲第一大事。至於築基。概置在後。而且不道。良以心性未純。築基反多魔障。知否。此聖賢所以重煉己也。

吾師前已訣出。動處煉性。靜處煉命的旨。其實性命二字。一而二。二而一者。分言之。混沌中有杳杳冥冥之物爲性。人能惟精惟一。允執厥中。即養

性也。見生化化之門爲命。人能流戊就已。寶精裕氣。即立命也。要之性命二者。不過由太極之動靜分而出焉者也。夫太極無動靜。而性命之動靜。即太極之動靜。太極渾淪磅礴。無思無爲。無聲無臭。而究之思爲聲臭無一不本乎太極。故曰太極雖無一物。實爲天下萬事萬物之根底也。人能寂而能惺。惺而仍寂。太極在其中矣。太極在中。即生氣在中。大藥大丹。亦在其中。故曰有物渾成。先天地生。若無此物。則無生焉。煉丹者。即煉此太極也。成仙作聖。亦無非此物也。此物在人。即父母生前一點靈。是修之於身。豈有他妙。只是混沌沌中。無知無動時。忽焉而有知有動。即有無相入。天人合發。玄牝之門。生死之竅。要不過自無而生有。自死而生。自陰而及陽。乾坤之合撰。日月之合朔。人物之重生。基於此矣。但此陽生最不易得。太上曰。天地相合。以降甘露。必於天地合德。日月合璧。晦盡朔初之際。爲時無多。俄頃之間。倏忽之人。非平日煉得有慧劍明鏡者。不能調和水火。烹出陰陽。且非明鏡在胸。不能認得。亦非雄劍在手。不能摘取。直頃刻間事耳。雖然此頃刻最難得。昔人謂百年三萬六千日。惟此一日。一日惟此一時。一時惟此一息。一息之間。其妙不過一陰一陽之動靜而已。動時固非。靜時亦非。惟在靜極動初。陰純陽始。此際渾淪淪。不識不知。氤氲氤氲。如癡如醉。寂然不動。感而遂通天下之故之際。此正坎離交

垢。水火適成。一氣乾坤。合體陰陽。仍還太初。純是太和在抱。天然自然。於虛無窟子之中。倘不及防。即動後天念慮。迥非太極完成之物。不可以爲丹。吾竊願爾修士。神而明之可也。修行人。務須心明如鏡。氣行如泉。如堆金積玉人家。隨其所欲。可以信手而得。然後一陽初動。始能了了明明。可以探囊而取。此時玄關初現。月露庚方。我即運一點真汞以迎之。此二候求藥也。又即前行短之謂也。迨至連汞求鉛。鉛汞混合。收回丹釜。溫養一番。果然氣滿藥靈。天機勃發。自然而然。周身踴躍。外則身如壁立。千仞山高。內則心似寒潭。一輪月淨。當即運行河車。上行四正。由微而著。自少而多。天下事莫不如此。此四候有神功。後行長之謂也。然必煉已爲先。苟煉已無功。焉能築基已者。即本來真性真命是也。惟於靜處煉命。動處煉性。集義生氣。積氣成義。始有陽生之一候。邇時如某生事繁。莫不謂有損靜功。豈知古人煉鉛於塵世。大隱居市廛之道乎。夫道何以修。不過掃除塵垢。獨露真機。生近時意馬心猿。拴鎖不住。只爲不知榮華美麗。衆人之所慕所爭者。無非勞人草草。世界花花。縱得如願而償。無非一場春夢。轉眼成空。況皆耗精損神。得意之端。即失意之端。快心之處。即疚心之處。何如常樂我靜。可成千萬年不朽之身。生席豐履厚。素處平安。須知熱鬧場中。不是安身立命之處。必修真養性。才是我一生安樂窩。倘凡心未除。塵情未

坐所以重  
自然而不  
重也。若  
往往以虛  
會爲虛。虛  
之起而有  
識神。神於  
其中。以神  
領爲強。調  
之功。則靜  
也。反靜

斷。一旦置之天上。其美盛之景。勝於人間多矣。其不墮落者亦幾希。且此時不能擺脫。以後過關服食。自身內外。作崇現怪。諒難看破。又況天魔。地魔。人魔。前來試道。不知此是幻境。往往認爲實事。從此打散。半途而廢者多也。故非經一番磨鍊。不能長一番見識。非受十分洗滌。不能增十分智慧也。此即諸神磨爾處。正是成爾處。故曰。十年火候都經過。忽爾天門頂中破。真人出現大神通。從此羣仙來相賀。如此一得永得。一證永證。方不墮落也。吾願生隨時隨處。不論事之大小順逆。總以慧焰長懸。寶刀不釋。斯無處不是學道。即無處不是靜功矣。又況隨時隨處。猛奮體認。忽然動中。撞破真消息出來。方知道在人倫日用事爲之際。上下昭著。實如水流花放。魚躍鸞飛。無在不是天機。不必專打坐也。夫道之不成者。總由煉已無功。生若不於塵市中鍊。猶蓮不於污泥內栽。焉得中通外直。獨現清潔如玉者乎。世之修士。不知煉已於塵俗。靜時固能定。一遇事故。不免神馳氣散。貪瞋癡愛。紛紛而起。故每當築基之候。行一時半刻之功。幾至爐殘鼎敗。永走鉛飛。不惟功不能成。性命因之傾喪。如此修士。妄作招凶。古今不勝屈指也。惟能煉之又煉。自然火性不生。水情不濫。以之升降進退。久久自輕如霞舉。和似風調。而丹不難成矣。

天地間。一氣蟠旋。發生萬物而已。然一氣之中。有理斯有氣。有氣斯有形。

由此形形色色。千變萬化，而莫可紀極也。夫理卽太極也。氣卽陰陽也。形卽五行也。理爲人之元性。氣爲人之心神。形爲人之官骸。官骸一具。則有耳目口鼻之質。卽有視聽言動。聲音笑貌之爲。況往來酬酢。日用百端。從此紛紛起矣。情欲由是而熾。僞妄自此而生。竟把本來一箇圓明物事。坐困而不自主。詎知物不累人。人自累物何也。本來元性。自破鴻濛之後。識神出而用事。不知返觀內照。收斂於無何有之鄉。於是心爲情遷。情爲物役。不知返本還原。天理滅矣。不然。性也。心也。情也。欲也。昔人所不能無者也。何以聖人借情欲以煉心性。而成爲聖。凡人以心性逐情欲。而至於凡。豈賦畀之或殊哉。亦由不知返還之故耳。夫返還亦非難事也。佛云回頭是岸。儒曰。克念作聖。只在一念之間焉。所謂放下屠刀。立地成佛者。何其便而易耶。孔子曰。苟志於仁矣無惡也。又曰我欲仁。斯仁至矣。足見一念放肆。卽是喪失天真。一念了覺。卽是無上菩提。而要不過洗心退藏於密而已矣。然洗藏之法。不要看難了。猶萬丈樓船。一篙撥轉。卽可誕登彼岸。孟子曰。大人者。不失其赤子之心者也。夫赤子之心。何心乎。當其渾淪未破。一團太極在抱。雖有耳目口鼻。究不流於聲音笑貌之僞。視聽言動之非。至於知覺運用。喜怒哀樂。皆任其自然。時而笑也笑之。時而啼也啼之。前無所思。後無所憶。當前亦任天而動。率性以行。如洪鍾之懸。扣之則鳴。不扣則已。

一真湛寂。萬象咸空。眞所謂天真爛漫。如如自如。了了自了者矣。此即聖人之心印也。人能完得赤子之心。雖一時不能遽臻無上正等正覺。然始而昏。繼而明。久則大放毫光。與虛空同體。與日月同用。若此者。非由神氣混合而來耶。心印經云。存無守有。回風混合。足見人之不能混合者。多由於明覺心生。古人教人修性煉命。必要混混沌沌。如鷄抱卵。隱隱伏藏。若有若無。不識不知。方能採得天地溫和不氣。合爲一體。始能生出了雞雛。依然如母一般。由此觀之。人欲修煉。必要死却明明白白之人心。而後渾淪無跡之道心。自然在抱。斯時也。欲不必遏而自遏。理不必存而自存。何也。殆太極未分。鴻濛未判之元氣。有如是耳。生等不知此氣。吾試切近言之。即如日光了炤萬物。當陽之時。天朗氣清。此間不見其長。但覺具消。惟於嚮晦之際。渾渾然煙霧迷離。了不知其所之。此即陰隆也。日夜之息也。雨露之潤也。所以有向榮之機焉。倘發散而不收斂。則天地亦有時窮。惟能陽以揚之。彰其生生不息之常。陰以蔭之。蓄其化化無窮之氣。然後一開一闔。一收一放。而成此萬古不已之天。人身一小天地。還不是如此一般。至若生等已經衰老。從前發揚太過。滲漏良多。到今猶要日夜退藏。方可延年却病。不然如春花之發。不久奄奄欲息矣。吾道所以教人下手。先死人心。故曰由有而無。此個有者。即後天知覺雜妄之靈也。必死此知覺之心。然後渾然瑩然。一真在抱。可得先天無極太極之眞。復又教人尋道心。故曰。由無生有。此殆玄關一竅開時。及時採取。不可消停片晌。始是至清水源。眞正藥物火候。由此蘊蓄久久。



即孟子所謂集義生氣也。從此操持涵養。即孟子所謂直養無害也。自是而後。日夜無間焉。有不由平旦一點微陽。積而至於剛大。以充塞乎天地之間哉。無如今之學人。多求速效。期近功。或行工一二月。不見長進。以爲此非真道。即不耐煩去做。否則以爲天上至寶。不輕傳於人間。自恨無緣。不得真師拔苦。因此廢弛者。不可勝數。又誰知百日築基之語。三年乳哺之法。皆爲神老氣旺。氣暢神融者言之。且爲私欲淨盡。天理流行者言之。今捫心自問。神氣圓滿未也。欲淨理還未也。未到此境。其何以築基哉。吾說玄關一竅。隨時隨地都有。只在一點靈機捷發。有如捉霧拿雲。憑空而取。不失其候。即顏子知幾其神之意也。即吾道活子陽生。時至神知之語也。倘先時而知。是未來心。後時而知。是過云心。眼前有一毫思慮擬議。即爲現在心。著此三心。即爲道之障也。三心無著。一塵不染。不謂之神。又誰謂乎。此爲真清藥物。自然生清淨法身也。而要不過如天地一年造化。離奇萬狀。無非自冬至一陽之生充之。天地之道。尙且由漸。何況乎人。塵垢污染已深。一時離於洗滌。可不由漸而入。自微而著乎。古來大覺金仙。莫非由玄關一竅下手。其後百千億萬法身。亦由氣機微動。隨採隨煉。積累而成。但此微陽初動。在人多有漠不關心。任其喪失。不知一星之火。可以焚山。一涓之水。可以成渠。總在人看穿此道。處處提防。在在保護。日積月累。未有不成就。上菩提者。此殆天地間第一難事。惟人自造。天亦不拘乎人也。



## 樂育堂語錄卷四

修煉之事。以陰功德行爲本。以操持涵養爲要。至若龍虎鉛汞配合之說。殆末務而已。有等愚人。不明此個工夫。動謂我修我性。我煉我命。又何俟外修功德。以濟人利物爲哉。若皆不知盡性以至於命之道也。昔孔子告顏子爲仁之端。必從視聽言動下手。吾道不離者個。又豈外是乎。蓋以制於外者。即所以養乎中也。故日常視善。則肝魂安。耳常聽善。則腎精固。口常言善。則心神寧。鼻常嗅善。則肺魄泰。手作善事。足行善地。則脾土常安。而身體亦健。惟外之六門。不入非禮之事。則內之五臟。自有天然元氣。由是再用內養之功。蘊蓄五臟元氣。則肝氣化而魂朝元。肺氣化而魄朝元。脾土凝而意朝元。心火吐而神朝元。腎水壯而精朝元。所謂三花聚鼎。五氣朝元。而凝成一個法身者此也。若以多私多詐之人。與之真訣。莫說他修不成。即使得成。亦必傾丹倒鼎。爲害不小。所以下手之初。必先外積功。內積德。內外交養。始能潔白精瑩。可以煉而爲丹。故初步工夫名爲築基也。是猶千仞之台。先從平地起基。必基址堅固。而後重樓畫閣。不患其傾圮焉。論吾門弟子不少。從今看來。還是素行好善之人。才有進步。設當年未曾積德。與積

德而不真者。皆不能深入吾道也。諸子作功已久。受磨不退。心性何等潔白。精氣何等壯旺。所以得聞吾訣。行之無碍也。吾今特傳真陽一訣。夫煉丹之學。固須養後天之神氣。以固色身。尤必養先天之心性。以成法身。然色身法身。雖有精粗表裏不同。而要不可相離也。無色身則法身何依。無法身則色身徒具。凡修行人。必先保固後天神氣。然後先天心性可得而修。吾教雖曰煉精化氣。其實氣即心之靈也。雖曰煉氣化神。其實神即性之虛也。惟能長我精氣。則心靈始見。保我元神。則性真自存。學者。到神完氣壯之後。則元氣浩浩。元神躍躍。而吾之本來心性。自然洞徹其真諦。由此返還金液之丹。不難矣。故築基爲了性之事。還丹爲了命之功。蓋謂將性以立命。即以虛無之性。煉成實有之命。生出百千億萬化身。皆此性之凝結而成。無他道也。諸十明得此理。庶知修煉之道。無非成就一個性字而已。且還吾先天一氣而已。知得此氣。未有之先。渾然空中。無可分別。既落人身之內。變爲陰陽二氣。以生五行幻化之身。我於是將陰陽五行。凝成一氣。即丹矣。養之久而煉之深。十年之後。必成一個至靈至聖仙子。要無非此元氣之結成也。元氣即性也。惟能以一元之神。運一元之氣。道庶幾矣。

吾示玄關一竅。是修道人之根本。學者之先務也。不比中下二乘。說竅有形可指。有名可立。爾等須從混沌又混沌。方有丹藥底本。神仙根基。起初打

辨

明辨藥之  
老嫩  
此篇爲採  
煉之至理  
精實且極  
有層次

坐。必浩浩蕩蕩。了了靈靈。遊心於廣漠之鄉。運息於虛空之所。然亦不可專在外也。須似內非內。似外非外。庶吾心之氣。與天地靈陽之氣通矣。到得凝神調息。忽然恍恍惚惚。入於混沌之際。若無著落者然。此即虛極靜篤時也。亦即是安身立命處也。於此忽然一覺。現出我未生以前一點真面目來。完完全全一個太極本體。天地人物。與我同根共蒂者。我於此一覺而醒。即以先天一點元陽。主宰其間。運起呼吸之神息。招攝歸來。不許一絲半點滲漏。頃刻間。氣機蓬蓬勃勃。直覺天地內外。一氣流通貫注。到此性地初圓。謂之性陽生。然在後天而論。則爲性光見。以先天大道而言。此爲精陽生。古云。大道冥冥。太極流精。心包元化。氣運洪鈞。此之謂也。有此精生。我惟順其呼吸之常。息其神志之思。收回即放下。放下又收回。即採取先天之精也。于是以此精降入水府之中。以元神勾起乾宮。落下一點元氣回來。即是以精煉而爲氣也。若竅初開。即下水府去煉。則爲藥嫩。不可採。若到蓬勃之氣充過以久。氣機又散。則爲藥老不可採。學者多于此少體認。往往空燒空運也。從此精人氣中。火降水裏。再運天然神息。自陰蹻而攝入中宮。與離中之精配合。自然水火既濟。神氣紐結一團。此須知常守藥爐看火候。但安神息任天然。切不可再向陰蹻問津可也。此爲要緊之囑。當再神氣初交。但覺細縕之氣。自湧泉穴一路直上。久久溫養。便覺渾身上下。氣欲冲

河車要訣

還符  
即小周天

再辨藥之  
老嫩

天。此正當運河車時也。我於是以意引導。凝而不散。猶如筒車之中。有個定心木。于此安穩。不偏不倚。而車自旋轉不息矣。然人身之氣。原是周流不息。又何俟人引導爲哉。不知有生後。此竅已蔽塞不通。若不了炤而管束之。猶恐遊思雜念。參人其中。陽氣當升者不升。陰氣宜降者不降。升降不定。陰陽失常。則天地不交。而萬物不生。適成晦蒙否塞之天也。迨至運之上頂。爲歸之極處。即爲陰之初生。降至黃庭。歸爐封固。杳無蹤跡。恍如我前此未動未煉之時一般。是爲一周。于此又再養之。若有動時。又煉靜而養。動而煉。如此循環不已。基址可築矣。

夫立關一竅。是先天混元一氣之立關。了無聲臭可捫。色相可見。此爲最上乘煉虛一著天機。從古仙子。鮮有下手之時。即得悟入此際者。若論立關。不止一端。如煉精化氣之時。則有精生之立關。煉氣化神之時。則有氣動之立關。此等處亦不可不明。何謂精生之立關。如下手打坐。即便凝神調息。到得恍惚之間。神已凝了。息已調了。斯時一點真精。即藏於陰蹻一穴之處。我從混沌一覺。急忙攝取陰蹻之氣。歸於中黃正位。與離中久積陰精。煨煉爲一。斯亦有藥嫩藥老之說。何謂嫩。如未混沌。斯爲無藥。若已混沌。未能使神氣融和混化爲一。即便去陰蹻採取。斯爲藥嫩。不堪入煉。若混沌一覺。我不能辨認清白。即時提攝。待至一覺之後。又復覺及他事。一動之

後。又復動而外馳。斯爲藥老。更不可用。若氣陽生。藥物之老嫩又在何時。蓋從此精生。攝之而歸。與我離宮靈液兩相配合。斯時神人氣中。氣周神外。其始神與氣猶有時合時分之狀。不能合爲一區。神即離宮之神火。氣即坎中之神水。迨至神與氣融成一片。宛轉於丹田中。悠揚活潑。吾身靈氣。與天地外來之陽氣。不覺合而爲一。此即氣陽生。立牝現象。所謂天地相合。以降甘露。露即外來靈陽之氣。是此時須從混沌中一覺。方是水源至清。不染纖塵。於此採取。斯爲二分火。煉二分新嫩之水。正是藥苗新生。又謂離噴玉蕊。坎吐金英。是一家交媾而成丹。否則未能大靜。無以爲大定也。若未到立牝大交而採。是爲藥嫩。既已大交。猶不急採。則新生之靈氣已散。是爲藥不堪用。吾再示一捷法。能混沌固佳。如不能混沌。只要自家綿綿密密。寂照同歸。恍惚之而有象。杳冥之而有知。不起一明覺心。兩兩會萃。和暢不分。又復見吾身之氣。與外來之氣。細細縕縕。蓬蓬勃勃。周身踴躍。蘇軟快樂。此當其時也。急運河車。大丹在指顧間矣。

古云。一孔玄關竅。乾坤共合成。中藏神氣穴。內有坎離精。夫人未生以前。此個元真之氣。原自懸于太虛。鋪天匝地。究竟莫可端倪。迨父精母血。兩神相搏。此個鼎爐一立。其中一個竅隧。容受天地元真一氣。此即竅中竅。又謂竅中妙是。是正佛謂涅槃妙心。道謂玄牝之門。天地之根。儒謂成性

常人藥生  
之候及採  
法

心田木靜  
流成幻丹  
轉數促命

存存。道義之門。要之只此一竅之妙而已。及有生後。爲塵緣所染。爲習俗所移。此竅已窒。此妙又不知歸於何處。縱有時。竅開出於不容己。發於不自知。明明現出一輪新月。恰是如來真面。而無如塵根俗氣。逐日增長。一霎時又不知消歸何有。所謂小人不能無仁心。只旋生旋滅。無有一眼窺定。一手捏定。而不失其機者。吾今道破。總要知神氣混合。丹田中有融融洩洩。清淨無爲之妙。即是竅中發現真實色相。可以超生死。脫輪迴。成仙證聖之種子。然而一陽初動。其機甚微。其氣尙嫩。杳無端倪。可以捉摸得。爾等何以用功哉。必先煉去己私。使此心遊太虛。實貫於穆。空洞無邊。才算妙手。蓋以此竅本虛。以虛合虛。是爲同類易相親。若於此身竅隧。死死執著。不惟此中神妙不現。而竅隧早爲之錮蔽而不通。生等欲竅中生機活潑。元神靈動。又離不得先將神氣二者。會萃一家。所謂先立匡廓。又謂立橐籥是。夫匡廓者何。即神氣交。又即爐鼎立是也。爐鼎一立。然後再以陰陽神火。慢慢烹煎。忽焉神融氣暢。入於恍惚杳冥。此即竅中生氣入之時也。又即世人所謂健忘是也。不是空空神氣之交。而有一點清淨神丹在內。古云。心者萬事之樞紐。必須忘之而後覓之。忘者。忘其妄心也。覓者覓其真心也。真心之見。必從忘後而乃見。生等能於此辨白得清。又何患真藥之不生。而靈胎之不結也哉。此的真傳。從古仙真。少有道出者個妙諦。吾念生

明辨真陽  
發動之機  
學者許誓

補用河車  
之時妄行  
水火必成  
陰長陽消  
之害守慎  
之又慎  
世有不得  
先天大道  
真傳致煉  
成陰神出  
竅即以爲  
聖胎已結  
者即此  
明辨先天  
真性

學道心苦。故將此玄機指出。以後方有把握。至於真陽一動。大有氣機可憑。漫說天地人物。不知誰何。就是我五官百骸。到此細細蓬勃。運行於一身內外。恍如雲霧中行。清虛中坐。所謂忘忘是。然忘忘又不能盡其狀也。不知此氣此神。從何而有。於何而生。但覺天地之大。日月之明。皆不足擬其分量。我自有一重天地。兩輪日月。不與凡人同。此天地日月也。此是杳杳冥冥真景。亦即自家玄竅生氣。特地現出其狀。生等打坐。若得者個竅開。又見者個妙相。即是真陽大現。可以運行河車。未到此景。猶恐鼎無真種。妄行水火。反將陰氣。追逐陽氣。而日見陽消陰長。到得後來。全是一派陰邪之私用事。或知未來事。或見虛室光。不知者。以爲得丹成聖。又誰知人身不陰即陽。非陽即陰。陰氣滋長。還不是烹煉陽氣一般。到得陽逐日退。陰逐日進。還不是與陽神生發一樣。俱由積累而成。何也。夫人未經修煉陰陽。兩相和平。又自兩兩分開。猶如主賓皆弱。俱不能鬪。及日積月累。陰氣亦成其門戶。還不是大有氣機。令人不可測度者。吾今將陰氣積累。成一箇陰鬼說出。使之陰陽之分。只一問耳。下手不可不慎也。然此語千古聖真。未有道及。吾今不惜洩漏之咎。特爲指之。生等務要隱口藏舌。庶乎尊師重道矣。未修丹別無他妙。第一要認得自家本來面目。此個本來面目。亦豈有他。猶如皓月當空。團團圓圓。不偏不倚。九州萬國。無一不在炤臨之中。此即先天



真面目。卽心卽性。卽性卽佛。無二致也。學者於靜定之時。忽然覺得我心光光明明。不沾不脫。無量無邊。而實一無所有。此卽明心見性。實實得先天面目也。但初見此景。不免自驚自喜。生一後天凡心。而先天渾淪之元神。却又因此心打散。知否。示生一法。大凡打坐習靜。若有個渾然與天地同體之意。在我懷抱。不妨再定再靜。縱有念起。我總總一個不理他。那知覺心。驚訝心。喜幸心。一概自無。再者。爾生於靜久時。忽入大乘。雖見真性本體。要不過瞥爾回光。還要多多調習。久久溫養。使此心此性。實實入我定中。還我家故物。無所喜。亦無所驚。如此久煉。始能返本還原。歸根復命。生等已見性源。亦不容易。已苦十餘年矣。從此靜之又靜。定而又定。實實此身渾如懶惰之人。坐在榻上。不愛起居。不思飲食之象。自然日新月盛。大藥自生。更還要把我氣息。養得無出無人。自自然然。不似前此費力。卽入大覺之班。所慮者。恐生等各爲身家。謀衣食。不免與紅塵俱滾。吾不早來拔度。恐生等溺而不起。把從前一片苦心。竟自拋棄。良可惜也。今照樣修持。矢志彌堅。還要不得三兩年。只須幾月。都可有得。知否。如此卽是得道。卽是成真。不是得道有個得處。成真有個成法。萬望生等走千里程。只差一里。切勿不見其家。又返轉去。況已明明窺見家園。近在咫尺。所以早來指點。免生退避。過了此關。才算有道。否則猶是凡夫也。



吾觀諸子未明主靜立極之道。所以吾前云。內伏天罡。外推斗柄。伏得天罡於內。又不能推斗柄於外。推得斗柄於外。又不能伏天罡於內。斯時忙了又忙。慌了又慌。一心兩用。全無主宰。煉丹之道。豈如是耶。若此者。皆主極之未立。猶天下無帝王以坐鎮。文武紛紛大亂矣。夫天罡。即主極也。斗柄。即文武卿佐。聽令於帝王者也。孟子曰。一正君而國定矣。孔子曰。譬如北辰居其所而衆星拱之。即此可知主靜以立人極之道也。由此推之。天地之位。萬物之育。上下與天地同流。豈有他哉。無非主極立。而氣機流通。自與天地萬物潛孚矣。實致中致和而已。未嘗於中和之外。逐物而流也。孔子曰。天何言哉。四時行焉。百物生焉。夫天亦不過端其主極。而四時行。萬物生。一聽造化之自動焉耳。夫人主極一立。則陰陽造化自動自靜。即天地萬物之氣機與之俱動俱靜。況人原與天地萬物。息息相流通者乎。朱子曰。吾之心正。則天地之心正。吾之氣順。則萬物之氣順。不待移一補。轉一念。而自有己立立人。已達達人之神化者歟。自夫人氣質之拘。物欲之蔽。其與天地萬物不相通者。久矣。所以一身之中。尙爲胡越。何況以外之天地萬物哉。古云。天人一理。物我同源。在人以爲我虛擬之詞。而不知實有其事也。吾今再爲抉之。大凡打坐之初。須先養神。神與太虛。原同一體。但不可死死執著。務先游神於虛。方能養得純。神自來歸命。夫既神凝於

虛矣。又須慢慢收回虛無窟子中。調之養之。到得神已歸命。然後驗其果一無所思。到虛極靜篤。否耶。如能虛極靜篤。一無所有。此即端本澄源之學。而主極立矣。主極一立。以神下入水府。即是以神入氣穴。又是以性攝情。以龍嫁虎。種種喻名。不一而足。無非以我一點至靈至聖至清至虛之元神。下與水府之鉛配合。猶之以火入水鄉。少時火蒸水沸。而真陽生矣。夫下田屬陰。又屬水。陰興水。皆寒性也。中田絳宮屬陽。又屬火。火與陽。皆熱性也。故人一身上半爲天爲陽。下半爲地爲陰。非有神火烹煎。則水寒金冷。必沉溺不起。而人之昏者愈昏。昧者長昧矣。吾言以神入氣。即交媾水火之道。水火一交。那其中氤氲之氣。蓬蓬勃勃。發生起來。即水中金生。又云。鉛中銀出。又云。陰中陽產。總皆喻人之命蒂。實爲長生不死之根本也。斯時也。神已定。息已調。身心爽快。蘇綿快樂。飄飄然如凌九霄之上。遊廣漠之鄉。有不知其底止者。此即神與太虛同體。氣天地萬物相通。實有不知其所以然也。此主極立矣。斷無有伏得天罡。而斗柄不堆遷。推得斗柄。而天罡不內伏者。諸子須知主極未立之前。不妨慢慢凝神以交氣。氣神若已和合。於是杳冥恍惚鄉裏。變化生鉛。果然鉛生。時至而事起。機動而神隨。輕輕舉。默默運。一團太和之氣。上下往來。易於順水之行舟。斯足徵神氣會萃。化三元爲一元。合五氣爲一氣。而主極以立。仙道可修。

。諸子亦曾會悟否耶。吾師云。後天之先。何也。後天者。凡神。凡氣。凡精。凡血也。此是血肉團子。以之修煉金丹。毫無所用。下手之時。凝神於虛。合氣於漠。此虛此漠。方是後天之先天。吾直直告汝。打坐時。雖不離有形之丹田。與眼光心光口鼻呼吸之息。然必要活活潑潑。始得還玉液之丹。何以云玉液。以人身涕唾津精氣血液七者物事。算是養幻身不可少者然。在一身之中。有形有質。有聲有色。純是一股陰氣。所謂臭皮囊者。此也。惟從色身上。修煉那一點虛而無。靈而秀者。始得後天中先天。切不可死死執着丹田。凝目而賭。用心而炤。惟虛虛的。似有似無。不急不緩行將去。斯得真正之藥矣。太上云。谷神不死。是謂玄牝數句。已將玄關妙竅道盡。何謂谷神不死。谷其虛也。神即靈也。不死。即不昧也。言人欲煉成大道。必認取虛靈不昧者爲丹本。然而無形無象。不可捉摸。故曰要得谷神長不死。須憑玄牝立根基。夫谷神何以必依玄牝哉。以虛靈不昧之真宰。必於玄牝之有形者形之。其實是無極也。若使玄牝不立。則胎息未形。本來生生息息之機。從何而有。惟此凡息一停。胎息自見。一開一闔之中。此間玄妙機關。人之靈明知覺。從此而起。人之心思知慮。性情魂魄。無不由此而生。至於成真作聖。皆從此一動一靜。立其基。蓋靜則無形。動則有象。靜不是天地之根。動亦非人物之本。惟此一出一入間。實爲玄物之門。雖然有形。却是因後天陰陽

之形。形出先天一點真氣來。此個真氣。雖是後天之先。以元氣較來。還是後天物事。以此元氣。非真有也。還是一無極而已。然而開天地生人物。莫不由此一個竅隧發端。此殆天下之至虛。生天下之至實。天下之至無。生天下之至有者也。總之。渾淪忘象。到也不難。惟一覺之後。立地護持。毫無別念。斯爲難也。知之否。

夫人之心。原來虛虛活活。洞炤靡遺。只因生身而後。百憂感其心。萬事勞其形。有動於中。必搖其精。精不足。則氣不足。神亦因之不靈也。古人所以喻人身之精。如油氣於火。神之靈者。即其燈光之四射。不可捉摸也。吾故教爾等煉心之學。先以寶精裕氣爲始。況此心一虛。此神即靈。此精一足。此氣自旺。不待他日功圓丹熟。而有過炤之慧光。即在目前。亦覺私欲之縈擾。恩愛之牽纏。亦能炤破一切。所患人心營營逐逐。才見一念光明。不片刻間。却又滾入人欲甲裏。今爲生計。總要平日猛撐鬚眉。高立志氣。將身中寶鏡高懸。慧劍時掛。自然清明在躬。志氣如神。斯時也。天理人欲。自然分辨清楚。且天理自天理。振作得起。不許人欲之相干。人欲自人欲。洗刷得淨。不令天理之偶違。要之。其効見於一時半刻。其功必待三年九載。而得其力。全在養我慧光。鑄我慧劍。雖然光無可見。古人說在天爲日月。在人即兩目。可以昭然共揭者。諸子須於平時收攝眼中神光。返炤

於丹田氣海之中。久之虛無窟子內。自然慧光發現。不啻明鏡高懸。物來畢炤矣。慧劍亦無由知。古人說在天爲風雷。在人爲神氣。只因神不凝。氣不聚。是以鋒芒不利。明知此非善行。有傷精氣。然不能一刀兩斷。立地劈除。明知故犯。環顧吾門。大抵如斯。可嘆也夫。可悲也夫。今再疾聲大呼曰。戒色欲以固精。寡言語以養氣。節飲食。薄滋味。閒思雜慮。不關吾人身心性命之微者。皆當祛之勿前。防之惟恐不力。如此後天精氣易生。而先天精氣自有依傍焉。到得先天精氣圓足。自然身形日固而慧劍成矣。近觀諸子。日間打坐。不見精明強固者。皆由平日凝神斂息。用功之時少。間斷之時多也。如能行住坐臥。神無昏倦。息無出入。將從前氣質之性。物欲之私。一掃而空。久之自見一靈炯炯。洞炤當空。一任他聲華貨利。與夫窮通得失。禍福死生。皆不能盤踞心地。亂吾天君。而令我心之明者不明。健者不健。此非必多年。然後可成功也。只要一心內炤。不許外緣塵累。一絲擾我靈府。即頃刻間。亦見心靈手敏之效。爾等須知心之不靈。由於神之不清。洵汰性情。必具剛果之氣爲之。氣之不壯。由於息之不斂。保固真精。必具十分火候。如此刻刻返觀。在在內炤。日月因之而轉旋。乾坤是以能顛倒。至若外緣。外侮到眼便知。閒思閒慮。入耳即明。不怕他火燄熏蒸。勢不可遏。自能一滅永滅。有不可思議之效焉。

上品丹法  
不得其虛  
則心無不  
充

學者凝神靜養。務令天地陰靈之氣。扣之自我。化之自我。此位天地育萬物。補天地之偏。培造化之缺。亦非難事也。獨奈何人將天地看得甚大。以爲造化之權。自天主之。人莫如何。却不思古聖先賢。常稱天地人爲三才。人固賴天以生。天猶賴人以立。若無其人。調和造化。變理陰陽。則天地又何賴乎人哉。故曰。人者。天地之心也。苟無至人出世。以參造化之權。贊天地之化。則天地亦成混沌之天地。而不能生育於無窮也。此匹夫之微。亦具有此參贊。非高遠離奇爲聖者獨能任之也。何也。凡人心一正。則天地之心亦正。凡人之氣一順。則天地之氣亦順。天地與人。其感孚處。雖至微至妙。而其爲用。却在一動一靜。一語一默之間。夫以天人本一氣相通。此動彼動。此靜彼靜。此安則彼安。此危則彼危。原在一呼一吸之微。非深遠莫致者也。只愚不肯寡欲清心。以自明其清明廣大之天耳。如能一念不苟。則一念即位天地矣。一息不妄。則一息即奠天地矣。造到自然境界。則我即天。天即我。不但如此。更能包羅乎天地。作育乎天地。我不受天地鼓鑄。天地反受我裁成焉。聖人知我其天。豈在蒼蒼之表。漠漠之外耶。殆一內省間。而即通其微矣。他如修煉之道。還有上品丹法。以神入於虛無中。不著色。不著空。空空兩忘。久之渾然融化。連虛無二字。亦用不著。此即莊子所謂上神乘光者是也。佛家牟尼文佛。即用此真空妙有之法以成佛。後人鮮能知者。禪

守不堅則  
性爲情化  
行不當則  
命爲情戕

不但忘人  
我與當忘  
形神方可  
云修如來  
以本然之  
明攝受一  
切智故特  
大細持而  
有無量無  
邊之妙諦

和合子。有如來修性不修命之說。不知此個光中。即包羅神氣在內。太極而無極。無相爲相。無聲爲聲者也。且是神氣發生之根本。故煉此一光。無不完具。夫豈若後天之神之氣。尙分陰陽者哉。此理後人難明。無怪其落於修性一偏也。至若山精水怪。亦能走霧飛空。而究之心性未完。多流於機械一邊。終不免於天誅。此等又何修乎。莊生所謂下神乘精者是。是以不淨不潔之神。凝於後天精竅之中。久久煉成。亦能入定。亦能出神。總是一個污濁鬼耳。即云長生。亦只守尸鬼耳。斷無靈通變化。且無仁義道德。雖有奇技異能。只是一精伶鬼而已。諸子想法乎上可也。

今年白穀色色生新。莫不謂今歲大有秋也。詎知至美之中。有不美者存焉。夫豈天之不以全福與人乎。蓋以天地之道。陽極則陰生。陰極則陽生。陰陽相勝之理。原是如此。不然盛極難爲繼也。惟君子有見理之明。知幾之慧。故於隆盛之際。而有持盈保泰之妙策焉。若無識愚夫。不知陰陽勝負之常。往往於盛極之時。恃其豪富。不知謙抑爲懷。更以驕傲存心。若此者。幾見有不敗者乎。處家之道如此。即治國之道亦莫不然。推之保身良策。亦當以此爲準。吾見生雖然年邁。而精神尙覺強幹。若不趁此機會。勤勤修養。在保持。吾恐陽盛之下。而秋陰繼其後矣。大禹所以惜寸陰者。只爲身命之不常也。生等須當慎之。某生粗聞妙訣。未能實嘗道味。尙須勉強用功。方



能到自然境界。否則半上落下。終不得見本來真面也。況今年華雖老。而日用事爲。半點不理。衣服飲食。取之宮中裕如。且身安體泰。兒孫林立。室家胥慶。在在皆安樂之地。時時一豐稔之秋。正好行吾樂意。向大道中鑽研。況生善根夙具。並非無德之人。不能消受得神仙福慧。焉有修之不前。而爲羣魔阻撓者耶。趁今閒暇無事。外無憂慮。內無疾疚。於此不學。又待何時。日月逝矣。歲不我與。嗚呼老矣。是誰之咎。吾想生好道之心。本於至誠。何以日日行工。不見大進。此由閒斷之時多也。猶之煮物。始而入鼎。必以猛火烹煎。烹煎一晌。然後以文火溫養。如此烹調。方得有真味出來。若起初有閒斷。勢必半生半熟。了無滋味也。至武火之說。非教之用氣力。切齒牙以爲功也。要不過振頓精神。一日十二時中。常常提撕喚醒。了炤在虛無窟子間耳。最可惜者。日間有空閒氣力。空閒精神。不用之於保精煉氣。而用之於觀閒書。談閒話。作閒事。用閒思者。就將有用之精神。置之無益之事物。嗚呼哀哉。誠可惜也。就說生年華已老。神氣就衰。不能閒道於壯年。而得明道於暮歲。縱有十分精力。恐不能成大覺金仙。這就錯想。須知有志者事竟成。苦心人天不負。古今來壯年得道者。能有幾人。歷觀古仙。無一個不是晚年聞道。到百餘歲。始證金仙。生怕無志上進耳。果然有志。天神將豈肯捨爾哉。以生之功德有加。心性不迷。久爲神天見愛。就



眞性眞命  
之形狀一  
精不克者

說此生不成。今日已曾下種。到來世因緣。自然不絕。吾願生從今以後。立定課程。務以不理閒事。不讀閒書爲志。惟以凝神於虛。合氣於漠爲常。一日行住坐臥。常常炤管。不許一息放縱。一念游移。如此半月之久。自然見効。若到氣機微動。即速備河車。何也。始而採取微陽。久則精盈氣壯。而眞陽發生。大有形象可驗。到此地位。何樂如之。論人之未生也。在太虛中。原是與天同體。及至生時。幼冲之年。猶是天真爛漫。浩浩乎與天之氣機。流行不息。渾然潛通。因知識一開。渾渾淪淪之體。因之鑿破。而不完全。於是乎浩蕩靡涯之量。轉而爲抑菀無聊之心。昏昏罔罔。即一身之內。尙不能把持。又何況以外之事。其來也無端。其應也靡常。有不爲其所餒者耶。故朱子云。內則無二無適。此心寂然不動。以爲酬酢萬變之本。外則整齊嚴肅。威嚴儼恪。終日如對神明。以保護其天君。迨至用力久。自然惺惺了了。精明不昧。坐炤無邊。又何憂事物之紛擾哉。夫心如鐘然。空則叩之而即應。實則叩之而不靈。人能將此心懸於太空之表。不橫生意見。純是天理用事得矣。

學者欲返本還原。必從後天性命下手。後天氣質之累。物欲之私。務須消除淨盡。而後眞性眞命見焉。眞性眞命者何。夫心神之融融洩洩。絕無抑菀者。眞性也。氣機之活活潑潑。絕無阻滯者。眞命也。總不外神氣二者而已。元神

靈必疲 神不足者 心必不定 氣不固者 坐靜精必 聚息靜神 必充運用 能定其根 必周固其 三寶而後 二息方能 動靜

動於息者 其息似息 靜於息者 其息不息 以似息之 息與不息 之息相合

元氣是他。凡神凡氣亦是。只易其名。不殊其體。古佛云。在凡夫地。識強智劣。故名識性。在聖賢地。智強識劣。故名正覺。爾等須認取正覺。莫認取識神。下手才不錯。又聞古人云。心本無知。由識故知。性本無生。由識故生。有生即有滅。有知即有迷。生滅知迷。乃人身輪迴種子。皆後天識神所爲。非元神也。元神則真空不空。妙有不有。所以與天地而長存。苟不知元神湛寂。萬古長明。却疑空空無著。乃認取方寸中昭昭靈靈一物。以爲元神在是。強制之使不動。束縛之使不靈。是猶以賊攻賊。愈見分投錯出。直等狂猿劣馬而難馴。若此者。皆由採煉後天之識性故也。岑景云。學道之人不悟真。只因當初認識神。一念之差。淪於禽獸。可不慎歟。朱子云。人欲淨盡。天理流行。神無一息之不舒暢。氣無一息之不流通。此等玄妙天機。諸子諒能辨之。然莫切於孔子云。樂在其中。樂以忘憂。子思子云。素位而行。無人不自得。而要不過任天而動。率性以行。即適其性合於天。倘有知覺計較。作爲矯揉。即非性非天。乃人爲之僞。雖終日談玄說法。一息不忘坐功。究與未學者等。且作僞亂真。只見心勞而日瘁。猶不如不學者之尙存一線天真也。吾故教諸子先須認得本來面目。是個空洞無際。浩渺無痕。樂不可擬之一物。無如諸子本源未能澄清。不甚大現象焉。苟能一空所有。片念不存。打坐時不須一炷香久。自能瞥地回光。超然物外。自家身心。亦覺

乃能從有  
字無從無  
化有

修養功候

不可不知  
知其所知  
難實真知  
知於不知  
乃能從不  
知以爲知  
亦必由平  
至動以返  
眞靜已

盛陽之下  
必有陰

渾化。但爾等營謀家計。日夜俱爲貨財田產。握算持籌。是以入見道德而悅之。出見紛華而亦悅之。拖泥帶水。不肯撒手成空。故學道有年。不見大進。只爲天理人欲。兩相間隔故也。吾生要求天上神仙。須捨人間貨財。蓋不吝財者。才不貪財。不貪財。才算真真道器。夫人之心。除此財字。別無健羨之端。苟能打破者個銅牆。跳過者個迷障。自然心冷於冰。氣行如泉。性空於鏡。神靜於淵。而謂大道不在茲乎。況凡人之所好。至人之所惡。爲心性累。爲道德障。古人喻之爲病病。人果能去其病病。則天真見矣。又況修身在人。成道在天。若能輕財利。作功德。天神自喜而佑之。故曰錢可通神。非神果好財也。以其人有載道之資。可以超凡入聖。因輕財而愈鍾愛之。故有通之說焉。諸子亦曾看破否耶。

學人起初打坐。心神不爽。氣機不暢。有如天地初開。鴻濛肇判。萬物無形。百爲鮮象。惟有一意凝注。將我神氣聚會於玄玄一竅之中。亦猶天地之主宰立焉。於此一呼而出。一如天地之氣。輕清者上升。一吸而入。一如天地之氣。重濁者下降。我惟委志虛無。主極立矣。至於陰陽升降。我只順其上下。自然運度。迨真積力久。自蓬蓬勃勃。有不可遏之機。然此陽盛之際。又須知持盈保泰。歸根返本之道。否則盛陽之下。必有降陰。欲成純陽之體難矣。故邵子云。美酒飲教微醉後。好花看到半開時。此非知道者。孰能明

四候運河車

動中修煉  
隨在真機

之。吾觀生等。每於氣機壯旺。心神開朗。尙多縱火揚烟。不知返還本始。是以發洩太甚。則生機斷滅。故太上云。持而盈之。不如其已。此言真可法矣。至守候之道。古云真人潛深淵。浮游守規中。如此觀炤此竅。恪守規中。不霎時間。眞陽自從空而出。此身如壁立。意若寒灰。斯時氣機氤氳蓬勃。即陽生活子。可行河車之時。前之煉精。爲二候採牟尼。此之陽生。爲四候運河車。此亦各有其景。不可差也。再示靜坐修持之事。人所共知。而動中修煉。人多或昧。如孟子養浩然氣。是從集義而生。但集義之道。所賅甚廣。非特靜中有義。動中亦有義。如孟子乍見孺子入井。發惻隱心。此非義乎。推之敬老尊賢。濟人利物。與夫排難解紛等等。非謂義耶。他如見人有善。則欣羨之。見人有惡。則愧恥之。無非義也。至云惻隱之心爲仁。羞惡之心爲義。辭讓恭敬之心爲禮。是非好惡之心爲智也。此四端之發。其機甚微。世人忽略者多。即爾等亦往往錯過。雖有知之。亦止明得慈愛之良。是爾天真。當其微動。猶少知納入丹田者。今爲生道破。自此以往。舉凡日用云爲。一切喜怒哀樂之生。皆我真機發動。我須修之養之。回光返炤足矣。要之四端發動之初。出於無思無爲者爲真。有思有爲者爲僞。爾等一日之內。如此四端萌動。不知凡幾。若能乘得此機。採而取之。餌而服之。正所謂遍地黃金。滿堂金玉。無在非煉丹之所。無時非藥生之候也。故曰。大道在人類求

所以主於動靜二息者仍不外乎此虛無以精氣神之至靜者而主乎動之至靜者所擬無時不虛而更日日如坐春風之中是在修養者能以坐中自然之奧妙相守不爲幻妄相擾則其潛移默化之功必於無形性

之。同類中取之。所以古人修道。大隱市廛。不棲巖谷。以道在人倫日用。不在深山窮谷也。果能隨時知覺。隨時採取。則紅塵中。隨在皆道機發見。亦隨在皆修煉工夫。特愚人不返而求之耳。

今日乾旱流行。禾苗欲枯。似乎天下人民。盡無生路。不知極凶之中。有極吉者在。大禍之日。有大祥者存。生等識得此理。只管自修其身。那一切吉凶禍福報應之來。一聽之於天。免却多少閒思雜慮。憂愁煩惱。蓋天欲與之。其誰敢廢。天欲死之。其誰敢生。此殆天所主宰。凡人不得而參之也。惟盡人事以聽天。此是人所能爲者。否則干造化之權。不安自家之分。勢必人心愈亂。而天心益不能安。更速其劫難之來矣。此天人一貫之道。生等諒能了然。吾亦不暇深論。但願生等從此自修其德。以與天地流通無間。自然天人相合。雖當荒歲。另有厚澤深仁之加也。他如修煉之道。所貴綿綿密密。不二不息。以底於神化之域。不貴躁切爲之。孟子云。進之銳者退則速矣。又況迫切之心。即屬凡火。不惟無益。且有焚身之患。所謂不疾不徐。勿忘勿助。斯爲天然真火。天地生萬物。聖人養萬民。皆不離此溫溫神火。何況修煉乎哉。總貴常常了炤。不失其機可耳。吾見生等用工。每多或作或輟之行。所以將欲造其堂。而又出其戶。將欲底於室。而又退於堂。不見一直向前。毫無退縮者。職是故耳。古云。藏神於心。藏氣於身。常常不釋。即命

處有所真  
假已

辦偶動真  
動

棲神泥丸  
即河車之

一法河車  
用於水中

火發時  
後

子午卯酉  
在河車之  
須臾不離  
之明鑒

復而歸根。長生不死之丹得矣。顧何以能令神氣藏於身心。時時不失如此哉。法在從玄竅開時。太極一動。陰陽分張。時可進而即進。勢當止而即止。何也。玄竅初開。只見離宮元性。所以謂之性陽生。然此是神之偶動。非氣之真動。只可以神火慢慢溫養。聽其一上一下之氣機。往來內運。蘊藏於中黃正位。此爲守中一法。水火濟。坎離交之候。又謂前行短。二候採牟尼。到得神火下炤。那水見火自然化爲一氣。氤氲氤氲。兀兀騰騰。此方是水底金生。古人云陽生活子時是。又曰命陽生。果有此氣機之動。不必蓬蓬勃勃。充塞一身內外。即粗見氣機。果從神火下入水鄉。是爲坎離交而產藥。亦是微陽初動。亦要勤勤採取。運動河車。棲神泥丸。所謂補腦還精。長生之道在是矣。人欲長生。除此守中河車二法。行持不輟。別無積精累氣之法焉。雖然。守中之火。只有溫溫鉛鼎。惟河車逆運。則有子午卯酉。或文或武之別。誠能常常溫養。令我元神常棲於心。元氣常潛於身。雖欲死之。其將何以死之。以神氣交媾。常常不失也。爾諸子體要於行住坐臥。無論有事無事。有想無想。與夫茶裏飯時。在在收神於心。斂氣於身。久則神氣渾化。前不知有古。後不知有今。上不知有天。下不知有地。內不知有己。外不知有人。如此者。非神仙而何。近觀生等工夫到此。將有異狀顯露。吾今道破。凡有異彩奇香。或見於目。或聞於鼻。或來於耳。總不要理他。抑或心花偶發。能

知過去未來。一切吉凶禍福。總要收攝元神。座鎮中庭。雖偶而發露。天然一念現前。不待思索。而能預知休咎。亦是識神用事。切不可生一喜心。喜心一生。即不入於魔道。亦恐自恃聰明。反爲外事紛馳。而修煉從此止步矣。不於景象現前。多是自家宿根習氣。被識神牽引而動。我總置之不論。庶我無心而景自滅矣。此爲近時要緊之務。切不可羨慕景象。自墮魔道。妄論休咎。此皆自家氣習所致。非元神元氣。不可信爲道焉。

子思子曰。造端乎夫婦。究竟是何夫婦。豈若後之儒者云。閨門之內。肅若朝廷。交而知有體焉。接而知有道焉。以此一節之能而擴充之。足以化家國天下而無難。如此言道。亦小視乎道。而不能充滿流行。至於如此之鋪天匝地者。以其有形有跡。有作有爲。尙可限量也。烏足以言道之大哉。此個夫婦。蓋在人身中一乾一坤而已。一坎一離而已。總之是一個水火。是一個神氣。又是一個性命。性命合一。即還太極。由是太極一動一靜。一陰一陽。無在不與天隨。以之修己而已無不修。以之治世而世無不治。要皆神氣歸真。返還我生初一團太和之氣。常常在抱。若但以有形有象。人世之夫婦言之。縱使舉案齊眉。相敬如賓。亦恐不能化家理國。易俗移風。至於無處無時而不與人合。與天一焉。聖人恐洩天機。不肯一口說出。必待其人積功累行。存心養性。果然心地無虧。倫常克盡。然後抉破天機。始不至妄傳大道。生



修坐莫向

因夫婦  
鼎陰陽  
鼎爐

等行工至此。諒亦實實明得造端夫婦之語。非外面夫婦。乃人身中夫婦也。誠能下手興工。常常念及造端夫婦一語。始而以神入氣。即是以凡父配凡母。凡父凡母一交。則真鉛生。即真陽出矣。此中所生陽鉛。是從坎中生出。陽即爲靈父。迨氣機壯旺。冲突有力。從虛危穴起火。而上至泥丸。我於是凝神泥丸。溫養陰精。即以靈父配聖母。以陽鉛配陰汞。以陽氣制陰精。此爲聖父聖母交而產藥。藥非他。即久積泥丸之陰精。爲神火一煨。則化爲甘露神水。此爲靈液。自靈液下降。而心中靈性靈知。即從此生矣。所謂氣化液也。再引入丹田。乾坤覆合。以神火溫烹一番。靈液又化真氣。久久運轉河車。千淘萬汰。千燒萬煉。靈液所化之氣。即是先天乾元一氣。從此一動。即爲外藥生。由坤爐而起火。升乾首以爲鼎。降坤腹以爲爐。爐起火。鼎烹藥。自此一動一靜。不失其時。則如頑金久經煨煉。愈煉愈淨。所謂白煉金鋼。化爲繞指柔矣。如此採外藥以結內丹。久之外丹成。內丹亦就焉。總之丹。貴乎用剛。然後木載金行。火逼水上。不如是則金之沉者不升。水之寒者不沸。內丹貴乎用柔。不柔則丹不結。而元神亦難以坐炤自如。此乾坤剛柔。即子思云。造端夫婦之道。人果從一陰一陽下手。不著於清淨無爲。亦不執乎名象有作。不過百日之久。可以築基矣。

大道原無奇異。只是原吾本性而已。夫本性豈有物哉。要不過一自然之天而



已。願何以知者多而得者少耶。蓋人自有生以來。始爲血氣之私所錮。繼爲情欲之累所迷。而求其本性之克見者尤難。雖然亦無難也。在人能念念知非。事事求是。此心湛然瑩然。絕無一物介於其間。佛家謂無善無惡中。獨見空空洞洞。了了靈靈之真主宰。即道矣。此又何難哉。書謂罔念作狂。克念作聖是。是不過一敬之間。而性即還其真。道即返其本。生等諒能識得。再不再贅。第思眞性之生。只在俄頃。但於發動之際。渾渾淪淪。無渣滓。無念慮。認得爲聖賢仙佛之眞者少。縱或認得。而當此初萌之際。猶衣服爲油污已久。苟非十分磨洗。不能一朝遽去。顏子得一善。所以有拳拳服膺之功也。生等業以明得一念回觀。一念卽道。念念返本。念念皆眞。第一要有堅固耐久之心。方能到清清潔潔。獨見眞詮地位。雖然一念了炤易易事也。吾觀今世修士。此於一念發端之初。本是性地完純。圓融具足。而或疑未必是道。乃加一意。添一見參雜其中。而性眞於此反昧矣。生等旣能識此一念之動。爲我成仙作聖的事物。就是太上三清。神妙無窮。又豈有他術哉。亦不過由此一念之偶萌。日積月累而成耳。但其始也。天性之自動。氣機之偶萌。亦覺微微有跡。不大顯相耳。吾教所以名爲小藥生。又曰一陽初動。及至採取過關。服食溫養之候。雖有丹田火熱。兩腎湯煎。目有金光。口有異味。耳有鶯鳴。腦有氣生。六種效驗。然亦無形之形。附於後天有形之尸氣。

淵旨可知  
矣

而昭著。實非有浩然之氣。至剛至大在於目前。而充塞於兩大之間者也。此亦虛擬其狀。似有如此之盛。要皆我神覺之。我神知之。非外人所得而窺也。吾教謂之真陽大動。又曰大藥發生。以其實有可擬。故曰真陽。以其氣機之大。不似以前之微動。故曰大藥。生等識此。始不錯動凡火。錯走路頭。爲後天尸穢之氣所害焉。要之採取先天。以補後天。究竟有何採。有何補哉。不過一陽動。不妄走作。不外滲漏。久之。一氣熏蒸。熏蒸之氣。藥也是他。火也是他。於此外而內之。下而上之。逆而收之。即採取也。於此收回鼎爐中。即返補也。火即是藥。藥即是火。火與藥是一而一者。人知得太和一氣。無半點閒思雜慮。只見空洞了明。大而無外。小而無內。微有氣機之似有非有。似無非無。即道也。有此一氣熏蒸即藥也。收斂此神之氣。不許參雜一知半解。即補矣。自古神仙。亦由此而修。實爲修士所不可忽者。他如呼吸之息。爲煉藥修丹之要務。若無此內呼吸。則水底真金。豈能由下而上。自外而內。全憑此神息逼逐而催促之。以上於於泥丸。及神氣交媾。下注黃庭。溫養成丹。亦無非神息爲之用。所以古人謂神息爲外火也。學道人雖得天然真火。尤必憑外火。抽添文武。增減運用。而後藥生有自。丹成可期。若無外爐火候。調分文武。則雖天然真火。虛靈洞徹。則亦僅能了性。不能立命。此內外二火。一性一命之火也。且人有內火而無外火。則性無以懸命。

外火內火  
之同用

命亦無以戀性。是謂孤陰不生。獨陽不長。呂祖云。信死清淨裏。孤陽難上昇。是知內火內丹。全憑外丹外火所煉而成者。神息所以爲修士之要道。生等已知內火外火之道。然吾觀其於外火之逆用。尙未十分了明。夫以凡呼吸與真呼吸二者。一體一用也。無先天之神息。則凡息無主。無後天之凡息。則真息無自而生。但逆施造化。顛倒內修。而金丹自逆還於內。是此爲緊要語。

夫人之所以前知後曉。靈明不昧者。無非此一個覺炤之心而已。佛曰。長明燈。道曰立闕竅。儒曰虛靈府。要皆無思無慮。無善無惡之中。一個了炤之神焉。下手時。不尋出虛無際物事出來。則無性。無性則無丹本。不從虛無中。養出一個靈明妙覺。洞徹內外之神出來。則無主宰。無主宰。雖日夜勤行。終是昏昏罔罔。到頭而無用也。諸子務先把萬緣放下。直將知覺之妄。物欲之私。慢慢的起風運火。煨化於無何有之鄉。自家內炤。果然一無染著。一無束縛。空空蕩蕩。了不知其起止。此爲本性見矣。本性一見。又要有個覺心。炤而不炤。不炤而炤。此即主宰常存。昔人謂主人翁是也。有此主宰。煉丹可成。無之猶一家無主。焉能興得起家來。此個主人翁。實爲煉丹之主帥。至於本性。是煉丹之丹頭。但起初即欲本性發見。渾淪無際。浩森無垠。萬不能得。只要一箇泰然無事。心地清涼。有點趣味。就是。若欲清

清朗朗。浩浩淵淵。大無外。小無內。則必火候到時。方有此鴻鴻濛濛。無可端倪之一候。惟於塵緣稍不沾滯。推得開。放得下。即是性見。煉丹有本矣。下手之初。此心未必即能降伏。洞炤如神。只要此心不走作。不昏迷。能爲我家主宰。不爲外物所奪而去。這即是此心常在。爲我煉丹之主矣。諸子此時。尙在陰陽之交。還須立起志氣。扶持真陽。抑制羣陰。久之陽欲進而不能遽進。陰欲退而不肯遽退。所以有如癡如醉之狀。蓋以陽雖能主。而陰猶未卸駕也。吾故教諸子。不要除思慮。屏氣息。太爲着緊。緊則又動後天陰氣。必不能耐久焉。總之神仙之神妙無方。變化莫測。還不是此一點虛寂之性。靈應之神。爲之作主耳。諸子於無事之時。不要求渾淪磅礴。只此一念陽靜。莫管二念。即是性在。古人收回又放下。放下又收回。即性之見者多矣。久久用功。自然本性常圓。無在而無不在焉。只要此心常常了炤。稍有閒思雜慮。我能隨時覺炤。即惺惺常存矣。自古神仙。亦無非此一點覺炤之心造成。切勿輕視此覺炤也。吾念生等誠心向道。今將道原說明。下手用功。以免心性之昧。庶可言丹。

吾師此山設教十有餘年。至今門前桃李。枝枝競秀。眞不枉吾一番辛苦。願其間弟子不一。有了悟大道根源。跳出紅塵。高登清靈之府者。吾師所以去而復來。往返不厭也。從此深造有得。無在不洋洋洒洒。悠然自樂。以比

抑鬱窮愁。爲何如者。任爾金堆北斗。名高東國。總無有片刻之清閒。是人世又何足戀哉。況終朝終夜。營營不已。刺刺無休。其能久享榮華。長保壽考。斯亦可矣。無如光陰似箭。日月如梭。一轉瞬間。黑頭者已白頭。青年者成暮年。倏忽韶華。不能久待。一旦無常來到。撒手成空。豈不枉費精神。空勞氣力乎哉。縱說創業垂統。上承宗祧。下裕兒孫。萬載明禋。所在不得不爲此謀。然亦有個順水行舟。任其去來。我惟搖櫓把舵足矣。何苦經營萬狀。直將滿副精力。施之於家室兒女。田產屋宇。金銀貨物之間。而不肯稍歇。設一朝西去。了無一物。豈不可惜。古云。黑漆棺中。財產難容些子。黃泉路上。妻兒又屬誰人。可不畏歟。甚有生前作孽。造下罪惡彌天。才興家而立業。那知死後魂銷森羅殿上。形受地獄牢中。兒孫在世。固享不盡之榮華。那先人幽囚於泥犁苦惱之地。而誰爲之設法超度耶。苦由我受。福自後享。和盤打算。值不值得。更有兒孫不才。不思前人掙家。費下千辛萬苦。爲後裔作萬年之計。彼反謂昔之人無聞知。今時格不同上古。於是好賭玩煙。羣誇脫白。貪花濫酒。尙想焚黃。堂上稍爲告戒。反厭瑣絮難堪。不相覲面者。甚有平日恩寵過隆。一旦而加以辱罵。膽敢與父母爲仇。挺身對敵者。俗云膝下兒孫盡成仇。洵非虛語。由此思之。你爲兒孫計。兒孫業已如此。又值不值得。他如刻薄成家。理無久享。俗云老子錢串子。兒子化錢爐。一

任堆金如山。置產萬頃。及到兒孫之手。一概消磨。豈不枉爲家計。空費神思耶。更有現眼現報。前人買地。賬猶未清。而後人即爲賣出。前人修居。工猶未備。而轉眼已屬他家。詩曰。宛其死矣。他人入室。又曰。維鵲有巢。維鳩居之。死後不聞。斯亦已矣。當前若見。豈不傷而又傷。知此。則知世上衣食百端。各人原有天命所在。不可苦苦持壽。自討煩惱。莫說謀之不得。就令所求如意。亦是命該如此。即不求而亦可得者。如此看來。何若作事循天理。百爲順人情。安份守己之爲得乎。況天定勝人。人定亦勝天。與其爲不義而獲罪於天。何若多行好事。而上格于天耶。人能惟善爲寶。人心與天心合。天具有不保佑命之耶。作善降祥。信不差矣。今日閒暇無事。再爲生等謀之。大凡天下事爲。到頭總是成空。惟有性命交修。才是我千萬年不朽之業。莫說紅塵富貴。難比清虛逍遙。就是目前所享。日用所需。盡都是重濁之物。何如天上玄霜絳雪。蟠桃美酒。種種皆是馨香。一清一濁。相去何遠。又況所需無幾。所享不多。又何苦死死不放。將我一片靈明。直染得污穢難堪。豈不辜負心力乎哉。無奈今之世昏而不明。迷而不悟。以至於牢不可破。如此其甚也。更有明知之而犯之。又如此其多也。噫良可慨矣。吾前示生等以養正氣。去客氣之道。的足醫俗良方。回天妙劑何也。人之不肯回頭者。一則昧於道德。一則柔其精力也。如生業已知道之爲妙。非他物所能換得

。一絲半毫。尙且拖泥帶水。不能斬斷孽緣。直上凌霄。而況以外人哉。爲今之計。總要一乃心志。養乃精神。任他荆棘滿道。不難一刀兩斷。理欲頻分。孟子養氣之說。所以層見迭出。而不憚其煩也。果能矢志彌堅。不怕他千磨萬難。自不難直造清虛之地焉。近來工夫。正在天人交戰。理欲相爭。苟不努力一戰。終是鵠蚌相持。難以取勝。趁此機會。只須一七兩七之久。將天理養純。直把那客氣消除。凡情殞滅。如此。則天德流通。無往而不自得焉。生平素有才有識。有膽有量。與其施之於無益之場。孰若用之於大道之地也。生其勉哉。吾深望焉。

大凡修真程途。必要先明次序。初入門時。一片浪子野心。猶之劣馬狂猿。一時實難於鎖。必欲強之就範。勢必收取邪火。不爲生機不暢。而且真氣爲邪火燒灼。卽不至病。而生氣爲之打散者必多。古云。煉鉛於塵世。必於人世上。有事則應事。無事則養心。久之看破紅塵。打開孽網。此心乃得恬淡。此神乃得圓明。若但趨塵逐浪。勢必愈染愈深。不至性命消亡不已。惟有處處提撕。在在喚醒。不辭苦。不厭煩。此神此氣。方能打并爲一。而今有等愚人。全不講內德外功。或因事情不遂。或爲身家難言。即要拋却人倫。入山修道。如此之人。滿腔污濁。一片邪火。其爲害於身心也。詎小故哉。某生先年。不棄吾師。一片虛心訪問。爲師已曾教爾多積陰功。少趨塵境。日間



得閒。即打坐參立。無如爾塵情太重。名利牽纏。兒女恩愛難割。每日營營逐逐。奔走塵途。不覺陷於名韁利鎖矣。豈知生死有命。富貴在天。而今其信然耶。論爾講經說法。吾亦在所不及。但知者不言。言者不知。生之言又如孔子得太上語子之言。可謂其人與骨皆已朽矣。獨其言猶在耳。又古人云。說得萬件。不如行得半點。但生要成大道。此時生心所欲。概屬空套。了無可用。不如就下而上。自淺而深。孟子曰。道在邇而求諸遠。事在易而求諸難。爾生急宜戒也。又況精神雖健。年華已邁。再不勤勤修煉。吾恐鉛汞日消。他日欲打坐收心。亦不能也。至於近時生所行功。惟有靜則煉命。動則養性。切勿速求深山。悟真云。勸君修道莫入山。山中內外皆非鉛。此般至寶家家有。自是愚人識不全。生其信焉否耶。論生慧悟。不是一切修來。俱由前生修積。真是載道法器。又況吾門諸子。論見大道。鮮能及爾。無奈知得十丈。不如行得一寸。真實下手工夫。有得於身心者少也。吾今爲生道破。所講解會悟者。在他人是誠中形外。在生是一個大大魔頭。若不一齊塞斷。吾恐日習日深。自喜自悅。一腔心血。竟爲這個記憶魔頭喪盡矣。吾師從不道人長短。品人高下。姑念爲求大道。辛苦數年。到今只成一個口頭禪。與今之釋子棒喝機鋒何異。可惜一番精神。悞用在記憶學問去了。且生具此慧悟。以之進道無阻。以之成道不難。不比人人之懵懂。東竄西走。不知



大路者此。所以吾不捨爾。故以直言告戒。生又云。志在積功行仁。然亦知立功立德。亦不在尋人成立。俗云。有緣遇著。無緣錯過。聖人之道。中庸而已。中庸之道。順其自然而已。若必欲立功。到處去做。又是自家好事生事。非聖人之道也。古來許多仙子。多有閉門不出。以終其身。然後一言一行。即得超昇天上。足見功不在多。在于一心。人能心心大道。上下與天地同流。生可知其故矣。今日所言。句句都是金針。生其體之。

吾見生等陽生之時。進火之際。尙未明得易道朝屯暮蒙真正法則。蓋易之屯卦。坎在上爲藥。以坎中一陽生也。震在下爲火。以震下一陽。即所進之火也。爾等逢陽生時。不管他氣機往來何如。略以微微真意。下注尾閭。那真元一氣。從前之順行者。至此不許他順。且意思向上。而順行之當道遂阻。順道既阻。無遠可去。自然氣機往上而升。自後而上。勢必至于泥丸。此自然之理。有不待導之而後升。引之而後上者。暮取蒙之義。何如。蒙坎水在下。中有一陽。即藥在下也。艮山在上。上有一陽。陽即所退之符。符即陽氣升於泥丸。溫養片時。化成甘露神水。實皆陽之所化。非眞屬陰也。以其行工至此。精化爲氣。氣化爲丹。宜行順道。不宜如前進火時。運剛健之氣。故曰陰符。總之藥朝上闕泥丸。氣滿藥靈。有一片清涼恬淡之象。即陽氣上升於頭目。宜退陰符之時也。此時不須引之降下。但以神主宰泥丸。意

注於高上之天。自然循循降下重樓。入於絳宮。溫養片晌。導入丹田。與氣打成一片。和合一團。斯時不進不退。無出無入。靜候個中消息。再行周天。學者勿視爲怪誕也。論陽生之始。氣機微嫩。要不若孟子所云。平旦之氣爲最切。繼而抽鉛添汞。漸採漸煉。愈結愈堅。又不若孟子所云。其爲氣也至大至剛。以直養而無害。則塞乎天地之間爲至論。古仙又云。吾有一物。上柱天下柱地。非孟子所謂浩然之氣。充塞兩間者乎。又曰。琴劍者何。蓋以至陽之氣。中含至陰。學者執著一個陽剛之氣。則不能成丹。劍之取義剛是也。而又加一琴字。取其剛中有柔。健而和順之義。然在下手之初。不得不不知剛柔健順。方無差錯。若到水火調和。金木合併。則剛者不剛。柔者不柔。且至純熟之候。更不知有剛柔。惟順其氣機之流行。自然天然而已矣。生等只怕不久坐。不耐煩耳。如能耐久靜坐。不過一月兩月。大有神效。夫豈但凡息能止。真息能見者哉。必有至真之藥。不二之神。透露機關出來。今爾等上徹重霄。下臨無際。渾忘天地人我者焉。夫藥是一氣。丹是煉此一氣積累而就。只怕不肯積精累氣。所以終落沉淪。浪流生死。轉轉生。循環報復。無有窮期耳。若發很心。加之朝乾夕惕。日就月將。始而了徹本源。知外物爲幻物。久之不但外物爲虛。即凡心亦假。我不以之介意。生死任他。了無瞻顧徘徊。古人視死如歸。置之刀鋸鼎鑊而不畏者。非不怕

死也。只是見得理明。信得命定。守得真常之道。而不失耳。不然。即一飲一食。一言一事。尙且爭之不已。何況生死。焉有舍之而不顧者哉。此蓋真者已得。而假者不戀也。吾願生將從前打散之神氣。而今攢聚一家。以火煨煉。久之自然妙合而凝。混成一氣。與天之虛空無二。如此。即了却塵緣生死。永不墜人愛河欲海矣。總之神氣打散。分而爲二。即屬凡人。有生死苦樂。禽獸草木。不可測度之變化。若能復歸一氣。混成無間。久久煨煉成真。即金剛不壞之體。一任天地有壞。而我性無壞。日月有虧。而我命無虧也。諸子其亦知所從事耶。

古云道在眼前。是知天地間。無處不是道。道者何。即清空一氣。盤旋天地。充塞乾坤。無人不在造化之中。即無人不在大道之中。以故古云。人身內外。無不是道。道之浩浩淵淵。真有不可以限量者。然在太空中。流行不息。只爲陰霾太重。將元氣錮蔽而不見。所以旱乾水溢等等乖戾作矣。而在人身中。亦時時昭著發現。貫滿內外。無如氣質之性萌動。人欲之私迭起。正氣不敵邪氣。所以聲色貨利一切人爲之僞作矣。學道者。必去其外誘之私。反乎本然之善。久久淘汰。才見清空一氣。盤旋於身內身外之間。莫說酒色財氣之私。不肯稍容在內。即自家尸魄之氣。神魂之靈。亦不許夾雜於中。夫以清濁不相投。邪正不並立也。凡人之所以不肯拋棄塵緣。牽纏恩愛。貪戀名

利者。只爲氣質之性。橫梗胸中。是以清明廣大之天不現。不得不以苦爲樂。認賊作子。終年竟月而不稍釋於懷來也。是以凡人元氣。只見日消。消至盡淨而死。故墮於地獄。發變昆蟲草木。受諸苦惱。以爲閻王老子驅之使然。吾以爲自投羅網何也。日喪天良。毫無生理。即無生氣。冥王欲生之。其如自趨於死何。惟聖人知得生生之理。適爲我成仙成佛之本。享福享祿之根。獨煉一味元氣。日日熏淘。在在溫養。久則渣滓去而清光來。洞見本然至善之天。不肯稍羅塵埃。以自污其性天。生等近來所得。有此個景況否。若未得清真之藥。不得不隨波浪。從人世中暫時之福。去想去求。猶之不得佳釀。即粗疏飲食。亦覺可口。若已得其精華。則道味濃而世味淡。太和元氣。自常常在抱矣。吾願生日月不違。動靜無間。切勿不自防閑。任一切塵緣騷擾。恩愛纏綿。修之百年。亦是凡夫俗子。不免輪迴苦趣。這就可惜。如能存養本來。烹煉真氣。不出一月。亦有大效。大效非他。即真樂也。人能得真樂。那假樂自容不得。孔子言道。只說個樂字。生等近來有得於心。已知外來物事。盡是塵垢。再加維持之力。庶幾拋脫累塵。一掃而空。超凡入聖。即在於此。然非爾等尊師重道。立德立功。豈能遽至於斯。從今還要尊重吾道。方有大超脫之日。須知前有功行。方見性天。以後成丹。還要大開眼孔。濟人度世爲心。始能成得大覺金仙。不然。區區一仙子。猶非爲師設教之

至意。囑望之深心也。尙其勉旃。

天地是個空殼子。包羅一團元氣。生育萬物。亦只順其氣機之常。而渾渾淪淪。不識不知。所以億萬年而不朽也。人身包羅一段氤氲之氣。何以不如天地之長存哉。蓋以七情六欲。日夜摧殘。先天元氣。却因後天凡氣。爲之遮蔽耗散者不少。是以有生老病死苦也。惟天之氣運。萬有不齊。非日月不爲功。日月者。天地之功用也。故一往一來。寒暑迭嬗而成歲。人身氣機之行。作爲萬類。參贊乾坤。非胎息不能立。是故天地者。人之郭郭也。日月者。人之胎息也。天地陰陽往來而成造化。無非日月運之於內。人能力法天地。以呼吸之神息運於其中。綿綿密密。寂寂惺惺。亦可悠久無疆。與天地而並峙也。悟真云。安爐立鼎法乾坤。煅煉精華制魄魂。又曰。先把乾坤爲鼎氣。次搏烏兔藥來烹。烏兔藥。即離中之陰。坎中之陽。是真陰真陽。合化爲精華一氣。即藥也。即可制伏後天魂魄之靈。使之渾渾淪淪。還於太極。神仙大藥。即此一味。繼之有心性之藥。有命氣之藥。何謂性中藥生。即恍惚中物。而要不外從無生有。且孔子云。樂在其中。夫人守中。如有一點藥意。即藥苗新嫩。正好採服。何謂身命之藥。即杳冥中精。此精之動。大有憑據。丹田綢繆之象。活動之機。或一身上下。流通洋洋。充滿真有。無孔不鑽。無竅不到。此即命中陽生。在初學人採取。又不必如此壯旺。只要身之不

能伸者。至此而略有伸機。心之無可樂者。至此稍有悅意。即可採取。夫以天下物穉嫩者有生機。老壯者少生意。故丹家取嫩而不取老。老則氣散不堪用矣。果得新嫩藥氣。自然宿疾潛消。太上又云。其精甚真。其中有信。是知精生藥產。實有的真效驗。若云符信一至。浩浩如潮生。溶溶似泳泮。猶是粗一層景象。惟得真精真藥。此中虛而能靈。靈而實虛。直如天地。莫知始終。日月無從斷續。其虛至於無極。其量至於難擬。所謂與天地合德。日月並明者。此也。生其勉哉。第一息機主靜。寡欲安神。足以配天地而後可。

吾示生等要得道妙。須混沌沌。寂之又寂。始是父母未生以前一團太極之理。此個混沌。即鴻濛未判之祖氣。天地將判之元氣。人身賦氣成形。感無極之真。二五之精。妙合而凝。乾道成男。坤道成女者。即此四大未分。五行未著。一個渾淪完全之元氣。人有此則生。無之則死。此爲修道第一妙機。不可不講也。然渾淪之中。慢無主宰。又墜頑空。致成昏昧。修道人於五行混合爲一氣之時。必以元神爲之主宰。然後道氣常凝。而金丹可煉。此豈遠乎哉。舉念即見。開眼便明。不拘隨時隨處。遇常遇變。皆有道氣存乎其間。只怕不肯靜定耳。當其未發也。不自回光返照。保護無聲無臭之靈源。及其已發也。不肯登氣凝神。操存不識不知之天德。以故未發時。則昏瞶而如睡。

一中湛寂安在乎。既發時。又精明而好動。一和中節不得也。是以任意氣之縱橫。隨私欲之紛擾。直將本來渾然之體。遮蔽不見。消滅無存。嗚呼。生理已亡。生機安得。欲其不墮人牛腸馬腹。鳥獸草木之類。不可得矣。是知道在人身。無時不有。無在不然。只要一個元神。常常了炤。以保其固有之天。即修道即煉丹矣。無如致中致和之道。多因事物之紛投。而爲之耗散焉。在不修煉者無論矣。往往有身入道門。云修云煉。多有靜處已見道源。常凝道味。及至事物紛來。心爲所亂。道即不存者多矣。此殆只知靜中之道。而不知動處無非是道。是以靜存而動散。吾念生心誠求道。決破動時天機。庶知頭頭是道。無處不是天花亂墜。古曰會心今古遠。放眼地天寬。只在人了悟斯道。始有得於日用百爲之際。其初勉強支持。久則禽魚花鳥。無在不。是化機焉。何者。古人云。險而戎馬疆場。細而油鹽柴米。識得道時。無在不。是道機。即如遇親則孝。遇兄則恭。前無所思。後無所憶。如心而出。不知是孝是弟。亦不計利計功。此即天良勃發。突如其來。凡人不知保之養之。往往舉念即是。一轉念間。又爲遊思雜念打散矣。保養又非別有法也。凡事應得恰好處。得最當。我無喜也。亦無憂。無好也。亦無惡。即順天地之自然。極萬物之得所生。須任理而行。聽天安命可矣。前示動處煉性一法。隨時隨處。皆有天機勃發。總要在在發動。在在在覺炤。



聖人之心  
空空如也

陡起精神。去做一番。不要空過。如此日無虛度。心有餘閒。自然妙義環生。無往而非道。無性而非修矣。或者曰。天機之發。如孟子乍見入井。有惻隱之心。一日能有幾何。必待此機萌動而後採而煉之。是則空閒之時多。安得謂無間斷耶。不知孟子之舉。特一端耳。其間庶事應酬。不論爲大爲小。爲己爲人。均有前無所思。後無所憶。如心而出。因物以施。此即古云。無心心即是道心。心到無時無處尋。是學者能從凡百事爲。與靜裏無事時。用回光返照法。內不見有我。外不見有人。即立關竅。立牝門。立其基矣。三教聖人之道。別無他法。總之一個收心於虛無氣穴之中。即如以火煉藥。必要此時此情。渾無一事。方是元神發動。與孟子乍見孺子入井。怵惕惻隱之真心。同一機軸。此所以心無其心。神即元神。始可爲煉丹之統帥。當下一眼炤定。一手掟定。即謂安爐立鼎。由是以元神發爲真意。採取先天元氣。以爲結丹藥物。庶不似修性一邊之學也。然在初學之士。若不得先天元精以涵孕之。又安得元氣之生。以深根而固蒂。精如何養。必淡泊以明志。寧靜以致遠。一日十二時中。不動一躁性。不生一妄心。庶凡火不起。而凡精從此而有形。元精亦從此而有象矣。凡精者何。即口中之甘露也。元精。即甘露中一點白泡。如珠如玉。精緻瑩潔者。是生等日夜之際。如津液微生。即是微陽初動。總貴勤勤收斂。採而攝之於立宮。不久自有氣機大動之時。但人



不知養之千日。敗之一朝者多矣。廣成子曰。毋搖爾精。精即汞。汞即心中之靈液。元神之所依託者也。油乾燈息。汞竭人亡。此機不可不慎也。所望諸子於無知無覺時。或忽焉心地清涼。或時而甘津滿口。皆產元精之真驗也。能於此覺之即收。收之即煉。鼓囊籥之風。一上一下。聽其往來。即煉精。即前行短。二候採牟尼之法也。吾道最重者。在此一刻間。呼吸之息。不失其機。即玄關竅開。水源至清之時也。從此一生一採。毛竅疏通。適有晶瑩如玉之狀。此即精化氣時也。急忙採取。運行河車。切勿失其機焉。靈液滋生。口有甘露。俱是後天有形之精。算不得真精。惟精明之精。庶幾近道。然精生有時。知真時者。便知真精。究竟精生之時。在人爲何時哉。蓋精者。其靜而寂寂也。則爲先天之元氣。及靜養久久。忽焉而有動機。此即鴻濛未判將判之時。元氣已有動機。元氣之動。即靜爲元氣。動化元精。此時之精。非交感之物事也。亦非有形之精。周身踴躍也。必從混沌沌沌中。無知無覺時。忽焉有知覺。是元精化生也。又謂真知靈知也。總之元精無形。惟此萬念齊捐。一靈獨運。炯然朗抱。渾然而知。即爲精生。即爲水源至清。從此一念不紛。即以此個真意主宰。督精爲丹頭。又以一呼一吸之胎息爲火。以慢慢的之呼吸神火。燒灼此個元精於丹田之中。久之。火力到時。則變化生焉。神妙出焉。何也。精生無形。不過一個精明之真知。只一

心無兩念。從此以神主宰。以息吹嘘。不久那丹田中。忽有一股氤氲之氣。蓬勃之機。從下元湧起。漸漸至於身體。始猶似有似無。不大有力。孟子謂平旦之氣是。久則油然心安。浩然氣暢。至大至剛。有充塞天地之狀。自亦不知此氣從何而始。從何而終。此即精化氣時也。是氣也。雖有形可知可見。然元精元氣。分之則二。合之仍一。以其動言之則爲精。以其靜言之則爲氣。此氣之絪縕蓬勃者。皆後天有形之尸氣。元氣附之而形。非元氣實有形也。知得此個元氣。則元神亦在其中。又非謂元氣即元神也。在天地未有之前。只一元氣而已。及太極一判而三元分矣。從此元氣發生。採之而返於鼎中。則元神自此而增長焉。何也。夫以神無氣則無依也。生等自氣生時。惟運河車工法。那慧悟頻開。前知後曉。自在個中矣。

吾教諸子。以修身爲本。而修身以凝神爲要。夫既要知收神光於兩目。則元神聚而此身有主。於是學孟子持其志。毋暴其氣。常常提撕喚醒。先將後天凡息持。而先天胎息。始克現象。蓋元氣母氣也。胎氣子氣也。元氣與胎息雖二。而實一也。若無先天元氣。則後天之胎息。無以生。無後天胎息。則先天之元氣無由寄。欲招先天元氣伏養於身中。必凝其神。調其息。迨至後天息平。先天胎息見。似有似無之內。先天元氣寓焉。久之。息頓滅。先天胎息。自在箇中。一往一來。陰陽造化。充滿於一身內外。有不知其何自而

起。何由而止者。人能於此直養無害。則跳出乾坤之外。包羅日月之中。較諸天地爲尤大也。此豈別有法哉。要不外一神光之朗炤。調後天呼吸。引起先天胎息。而元神元氣。自寓個中。爲我身不朽之主也。是知凡息一停。胎息自動。而生死由我矣。到得真息大動。而神仙果証矣。生等須知胎息之用。有勉強。自然之分。爲文爲武之用。而其要緊者。惟在萬緣皆空。一塵不染。如如自在。朗朗常明。我惟以元神化爲真意。主宰之。而運用之。毋令一念游移不覺。一息昏怠不明。常惺惺天。活潑潑地。如太陽之往來無停。日夜不息。而其光之所炤。無一處有遺。無一刻不在也。如此久久。胎息常住於金鼎之中。不從口鼻出入。亦無明暗起滅。一息如斯。萬古如斯。始而結成刀圭妙藥。漸而凝成玄黃至寶。終則大而化。化而神。爲千古不壞之仙矣。要不外以神爲胎之主。以氣爲胎之輔。以息助胎之成。故胎息。即成仙之首務也。人能凝神調息。注意規中。呼吸綿綿。不徐不疾。神與氣兩相抱合。凝於丹田之中。即爐鼎安立矣。及至胎息和平。神凝氣聚。即陰陽持平。二入平分。正宜採取元陽真氣。以收回玄宮。既知採藥。尤要明得煉丹。知得服食。採藥是陽生時幹。是一候採牟尼。前行短法。煉丹是陽壯時事。行子午卯酉四正之功。服食之時。是藥氣收歸爐內。慢慢溫養。如人家煮物一般。採烹二候。俱有工夫。惟望食之時。安享其成。坐而晏飲。不俟一點工夫爲也。

。此殆所謂養太和之天。嬉遊光天之下。有不知其所以然者。生如悟此。修煉工夫盡於此。大道亦了於此矣。

時將解館。羣弟子出而請曰。先生垂訓多年。弟子等已漸開茅塞。但而今學人。每以丹經所言鉛汞戊己諸說。騫爲奇異。爭競不已。先生何不纂集發明。以醒迷徒。先生曰。此當今高賢。亦有詳解之者。吾爲諸子述之。

道氣深穩  
則魔不干  
純清無火  
方爲先天  
一炁元火  
之中自生  
真炁火

神者。心中之知覺也。以其靈明。故謂之神。而神有先後天之分。先天神。元神也。神即性也。蓋神爲心中之知覺。而性即心中至善之理。其始渾於一元。有生之初。知覺從性分而出。如孩提知愛。稍長知敬。知即神。愛即性也。見神即以見性。神與性未嘗分也。此爲天仙之神。此得乾於坤之中爻而爲離。所謂地二生火之空陰也。蓋人之有心。於五行屬火。於八卦爲離。火外明而內暗。外明者。以離有乾之二陽。在外陽故明也。內暗者。以離有坤之一陰在內。陰故暗也。然坤德至靜。靜則生慧。渾然在中之陰。寂然不動。與上下二陽相安於靜。二陽明於外。一陰靜於內。則天理渾於其中。靈明裕於其外。外陽等於乾父。內陰同於坤母。陰陽皆太和之本體。是以爲先天之元神。性原不在神外也。自蔽於私慾。而神失其初矣。性亦爲神所蔽矣。神之所發。常與性反。此爲後天之神。蓋失其天而配於後焉者也。先天之神靜。

守寂宜平  
若陶息不  
適如久之  
必致兩足  
痺

後天之神動。先天之神完。後天之神虧。先天之神明。後天之神昏。先天之神。神與性合。後天之神。神與性離。道之修性。去其蔽性之私。絕其梏性之欲。寂之又寂。歸於至靜。洗其心於至清。滌其慮於至靜。所以有清靜因也。所謂修性者。即以養此先天之神而已。氣者。體之充也。人所受之以生者也。而氣亦有先後天之分。先天之氣。元氣也。氣即命也。命者何。天以五行陰陽之氣生人。人受此元氣以生。承天之命也。故守此天命而不捨。所謂天一生水之空陽也。蓋人之有腎。於五行爲水。於八卦爲坎。水外暗而內明。外暗者。以坎之上下二爻。坤之體也。內明者。以坎之中陽。乾之精也。坎居至陰之北。陰極而陽生。此天一之數。從此而生。天有此一陽之復。而氣回。地有此一陽之復。而物生。人得此一陽之復。而爲人。是爲先天之氣。先天者何。蓋此氣爲太極之氣。先乎天地而有者也。未有天地。先有此氣。有此氣。然後有天地。故曰先天。人得氣於天地。實得此先乎天地之氣也。有此氣則生。無此氣則死。是氣也。即人之命也。人欲固命。不可不固此氣。而氣有後天者何。呼吸之氣是也。呼吸是元氣之門戶。有元氣而後開呼吸之竅。是之謂後天之氣。蓋以受天之氣。而有於後焉者也。先天之氣本也。後天之氣。末也。先天之氣源也。後天之氣流也。先天之氣絲竹也。後天之氣。絲竹之音而已。絲竹壞而音杳矣。先天之氣蘭桂也。後天之氣。特

蘭桂之香而已。蘭桂凋而香息矣。人恐斷此呼吸之氣。不可不培養本源。以固此太極之元氣。此神氣性命之辨也。大抵道之言性命神氣。與儒有異同。儒之言命。有主理言者。有主數言者。而道則專指爲先天之氣。至言性之善。或與儒同。而道之修性。與儒之盡性。又有異。儒之盡性。有實工。道之修性。爲靜境。儒之言神。則聖而不可知之境也。而道則以養神爲始基。儒之言氣。集義而生。道之言氣。養氣而生。儒者。養成之氣。塞乎天地。功在一世。道者。養成之氣。亦塞于天地。功在一身。其論不同。其用各異。而要皆有至當不易之理。蓋儒之道大。道之徑捷。儒之理醇。道之理空。儒之道及於人。道之功成於己。此不可以強同者也。是以養天之神。謂之修性。養天之氣。謂之修命。所謂性命雙修者。惟在神氣二者而已矣。而修煉之家。又嘗以精與神氣配說。至叩其何者爲精。則茫無以應。即諸書亦有言精者。然而情詞恍惚。並無確據。間有執交媾之精對者。至叩此精藏於何所。則又茫無以應。不知此特後天有形之精。非元精也。元精無形。即寓於神氣之中。貫乎耳目百體而無可指。夫精者。粗之對也。如日者陽之精。月者陰之精。先天之神爲離中之空陰。則元神即陰之精也。先天之氣。爲坎中之空陽。則元氣。即陽之精也。又如體者。骨之精也。脂者。肉之精也。而尤有貫乎髓與脂之內者。髓與脂。乃流而不息。潤而不枯。則所謂元精者。即元

神元氣醞釀流行之精華也。臟腑配五行之氣。陰陽軍焉。濁氣爲粗。清氣爲精。所謂二五之精也。而坎離之神氣。即寓於其內。五官百骸。皆元神元氣之所統。亦即元精之所貫。則但言神氣而不必言精也。即如交媾之精。則神之氣。感化通體。無形之精。徐而成形以出者也。故養神於寂。養氣於靜。精無由洩矣。倘神與氣交感而動。而獨責精以不走。能乎不能。則所謂精者。無可著力。惟加意於神氣而已矣。神氣何以養。神有知。氣無知。無知之氣。必賴有知之神以養之。何也。心不靜則神不定。心不清則神不明。心不正則神不足。惟其不定。則甫爲凝神於氣。神忽散而他往矣。惟其不明。則強爲注神於氣。而神已昏然入夢矣。惟其不足。則勉爲納神於氣。神終漠不相關矣。而究何益於氣。此後天之神。斷不可用也。故養氣先養神。養神必養心。孟子曰。養心莫善於寡欲。必將一切私欲。掃除淨盡。如大學所謂欲正其心。先誠其意。務使心如明鏡。絕無塵埃。此喜怒哀樂之未發謂之中也。此即所謂先天之神。斯時之神。始可用之於氣矣。且用神於氣之時。凡視聽言動。不但非禮者勿云。以其有損於神氣也。所以其功在於靜坐。靜坐之功。必俟內念不萌。外感不接。此心如停雲止水。然後凝神而注於下田。合耳目與心。皆交併於其間。如貓捕鼠。視於斯。聽於斯。結念於斯。此道家顧諟天之明命也。其所以然者何哉。蓋坎中之一陽。爲人身之太極。即邵子



所謂天根也。人受此氣以生。自孩提以至成立。皆賴一陽以滋長。自男女交。而此氣遂損矣。日日伐之。而此氣愈損矣。伐之不已。久之而其氣漸微。久之而此水漸涸。坎宮日虛。水冷金寒。地道不能上行。天道不能下濟。上乾下坤。此否之象也。天地不交。火日炎於上。而不能下。水日潤於下。而不能上。水火不融。心腎不交。上離下坎。此未濟之象也。人身有此二卦之象。生機日危。百病皆作矣。道者。知其然也。以先天之神。凝而注於先天之氣。是天道下濟也。孟子曰。志氣之帥也。將帥從天而下。卒徒必隨而俱下。是以乾照坤矣。是以火溫水矣。是即所謂金竈初開火也。竈因火而名。金者。指坎中之一陽也。得於乾之金也。火初開者。初得乾陽離火之下照也。是以離之上下二陽。煖坎中之上下二陰。以離中之空陰。養坎中之空陽。以中女之畜中男也。其所以然者。又何哉。蓋陽性主動。動則易洩。惟陰可以畜之。故云男性。見女則悅。得女則留。此小畜。皆取以陰畜陽之義也。況前以乾坤一交。乾之中爻。入於坤。而爲坎。坤之中爻。入於乾而爲離。是夫婦之情投意洽。陰陽互易也。今以離中坤入於乾之陰。下求坎中乾。入於坤之陽。是再世重逢之眞夫婦也。兩情交悅。可以畜空陽而不使之洩。孤陰不生。獨陽不長。有此空陰以養此空陽。一動一靜。互爲其根。乃可以回旣損之元氣。使潛滋暗長於極陰之地。以冀七日之來復也。此神能煉氣之



秘機也。世傳性命諸書。從未有如此透發。即以神煉氣。亦多隱語。如龍虎汞鉛諸說是也。龍者。靈物也。變化莫測。喻離中空陰之神。以火生於木。木青色。故或云。龍。火色赤。又或云赤龍。虎者猛物也。坎中空陽之氣。此氣純陽。陽則易動。有如虎之難防。此氣最剛。剛則性烈。有如虎之難制。惟龍之下降。可以伏此虎也。汞者。水銀也。活潑靈動。無微不入。喻空陰之神。鉛者黑錫也。其色黑。有似坎中之水。其體重。似坎中之金。以喻空陽之氣。且鉛非汞不能化。亦猶氣非神不能化。而鉛又可以乾汞。氣又可以化神。故以爲喻。老子所謂知白守黑。又所謂抱之者皆是也。白者。金之色。黑者。水之色。知坎有乾金之白。故守水之黑者。正以守黑中之白也。所守者氣也。守之者神也。又云戊己者。云彼我者。戊己屬土。以坎中有戊土。離中有己土。五行。分配四時。分配臟腑。而惟土則旺於四時之季。統乎臟腑之全。故人之六脈。皆取有胃氣則生。以萬物發生於土也。故河洛之數。一與六共宗。二與七同道。三與八爲朋。四與九爲友。皆以中隔五數。陰陽乃能相生。而又以五十居中。蓋天地之數。皆不離乎土。惟人亦然。所以坎有陽土之戊。離有陰土之己也。以己合戊。亦指降神於氣也。彼者。指坎中之陽也。我者。謂離中之陰也。氣無知。神有知。以有知之神。求無知之氣。以神爲主。以氣爲賓。主者。我也。賓者。彼也。凡此皆以神煉氣之

隱語也。本無關於精義。而諸書皆以此拒人。好異者驚爲奇談。甚至謬解而入於邪語。特破之以釋其疑。總之因天氣不交而否。欲由否而轉泰。不得不恭敬以禮下。因水火相隔而未濟。欲由未而求濟。不得不降心以相從。此以神煉氣之由來。煉之久。而水漸生。地漸復。積而至於一陽萌動。所謂地逢雷也。此即天根之發現也。然陽氣尙微。動而仍伏。正宜培養而不可恃。此易所謂初九潛龍勿用也。積而至於陽氣漸長。已有反骨之勢。顯然可觀。即易所謂見龍在田也。積而至於陽氣愈長。送信骨中。計程已得其半。然不安於下。又不能即上。更宜日夜培養。兢兢而不可忽。即易所謂君子終日乾夕惕若厲也。積而至於陽氣彌長。進而愈上。且其下不時震動。此佳兆也。即易所謂或躍在淵。無咎也。積而至於陽氣已戰不可遏抑。即易所謂飛龍在天也。即莊子所謂搏扶搖羊角而上者是也。積而至於陽氣已極。月在天心。三五而盈。盈則聽其自虧。所謂乾遇巽也。即邵子所謂月窟也。倘盈極而不虧。即易所謂亢龍有悔也。盈而即虧。即易所謂見羣龍无首吉也。至降而復升。升而復降。流行不息。天地交。萬物通。此人之泰也。天根月窟。自此可以閒來往矣。此亦可謂九轉丹成也。九者陽也。轉者陽氣逆而輪轉也。指坎中之一陽。上蟠下際。生息無窮。長生之大藥。亦可謂之小成也。此丹道之初功也。下學上達。入妙通神。皆從此始。然行之有自然之機。而

不可一毫勉強。老子曰。道生一。一生二。二生三。三生自然。言此數之生。由一而二。二而三。此陰陽自然之機也。河洛之數。天一生水。地六成之。天陽也。地陰也。六數陰極。而陽則自然而生也。地二生火。天七成之。七數陽極。而陰則自然而生也。天三生木。地八成之。八數陰衰。而陽之三自然而長也。陽生陰成。陰陽生長之機。何一而非自然者。其陽之動也。靜之久而自動也。陽之轉也。氣之戰而自轉也。陽之靜也。動之極而自靜也。行乎其所不得不行。而不可或止。止乎其所不得不止。而不可或行。即孟子所謂勿忘勿助長也。忘則失養之道。助則挫長之機矣。世言運氣則謬甚。氣可養也。而不可過養。當俟其自動。如氣自坎生。所謂源頭活水來。過而迫之使行。則氣從離出。無殊火牛入燕壘矣。是與握苗之宋人何以異。知長不可助。而動靜亦聽其自然。則不至養人者害人矣。老子曰。元之又元。衆妙之門。妙難悉數。姑以益人之妙言之。其始也以神煉氣。至氣之逆而輪轉。則坎中之一陽。時過而化離中之一陰。化之久。空陰得空陽之照。如月之得日光而明。則離變爲乾。內外通明。所謂至誠之道。可以前知也。離中之二變爲一。則誠矣。誠則心愈清。神愈明。所謂誠精故明者此也。所謂以神化氣也。但神煉氣出於無心。氣化神安於無意。煉必凝乎其神。如火之煉夫頑金也。化惟聽之於氣。如物之化於時雨也。至全體一氣相通。翻天覆地。反骨洗髓。陰陽團爲一氣。五行併爲一途也。鳶飛魚躍之機。常靜觀而自得。

雷動風行之象。非外人所及知。行雲流水。別有天地。時見道之上下察也。此元之妙也。過此以往。日久功深。更有妙之又妙。此無關於人事。言之徒駭聽聞。功至自知。不可預言。

先生述已。羣弟子又起而請曰。

先生述此詳明剴切。足解疑團。而邵子又說天根月窟。究竟何所指乎。祈先生一並解釋。先生曰。邵子之詩。亦有人註之者。吾一並錄出。

邵子月窟天根詩解

耳目聰明男子身。鴻鈞賦予不爲貧。須探月窟方知物。未躡天根豈識人。乾遇巽時觀月窟。地逢雷處見天根。天根月窟閒來往。三十六宮都是春。

天根者。天一生水之根也。得之一數生於水。蓋坎中之一陽也。此一陽。乃先天之氣。於人爲命。於天爲太極。在天地爲發生萬物之根本。在人爲百體資生之根本。其氣在人。其原出於天。是以謂之根。而推本於天也。月者。金水之精。人身之用。指坎水也。坎有水而無金。何以名月。不知坎中之一陽。得乾金之中爻。是以爲中男。乾爲金。此爻即金精也。金與水俱。是以謂之月。言窟者何。月虧而有窟也。人身之月窟安在。在乎泥丸。蓋坎中空陽發動。上貫頭頂如滿月。然頭爲乾爲金。天水之精。團聚於斯。所謂月到天心也。精象之成。活活潑潑。如風之來於水面。此月之盈

也。盈極則虧而有窟矣。不言月滿而言月窟者。言虧。以徵其盈之極也。況盈則必虧。虧則又有所往。天機原無一息之停。此所以狀月之盈而言窟也。天根何以躡。以意躡之也。一意注於天根。如足踏實地。卓然自立。是以謂之躡。躡乎此。乃識人之爲人。其根在是。月窟何以探。以心探之也。一心照乎月窟。如手摩囊物。顯然可指。是以謂之探。探乎此。方知物之有是妙。其窟最明。乾遇巽者。天風姤也。蓋坎中之陽精。升而滿乎泥丸。陽極陰生。一陰伏五陽之下。是乾之遇巽也。是即月窟之驗於上田也。地逢雷者。地雷復也。蓋坎中之陽精。積而動乎丹田。陰極陽生。一陽配五陰之下。是地之逢雷也。是即天根之萌於下田也。往來者。陽動於下。升而上乎泥丸。是天根往乎月窟也。精滿於上。降而下乎丹田。是月窟來於天根也。來而復往。往而復來。輪轉不息。所謂上下與天地同流也。所謂直養無害。則塞乎天地之間也。謂之閒者。有自然發動之機。有從容不迫之意。所謂此日中流自在行。即孟子所謂心勿忘助長也。三十六宮者。腹之臟腑。及包經絡。其數十有二。背之骨節。其數二十四。合之共三十六宮。都是春者。皆爲陽和之氣。布濩充周。生意盎然也。邵子之詩。意蓋如此。所以然者。得天地陰陽之氣以生。欲延生機。其運行當與天地等耳。天地之所以時行物生。萬古不敝者。亦以天根月窟妙於來往也。天

地之月窟安在。上下皆乾。四月純陽之卦。至五月則陽極陰生。一陰伏五陽之下。是乾之遇巽也。是夏至即天地之月窟也。上下皆坤。十月純陰之卦。至冬月則陰極陽生。一陽配五陰之下。是地之逢雷也。是冬至即天地之天根也。自冬至一陽之復。而二陽臨。三陽泰。四陽大壯。五陽夬。六陽乾。陽極而陰復生。是天地之天根。七日往乎月窟也。往何閒也。自夏至一陰之姤。而一陰遯。三陰否。四陰觀。五陰剝。六陰坤。陰極而陽復生。是天地之月窟。七日而來於天根。來何閒也。此所謂七日來復。見天地心也。寒來暑往。暑往寒來。陰陽迭爲消長。流而不息。而一歲三百有六旬。生機不已。亦猶人身之三十六宮。得月窟天根之來往。而生意不息也。且月窟天根。豈特歲月有然哉。惟月亦然。月之初三。一陽生於下。是地逢雷也。是月之天根也。月之十六。一陰生於下。是乾遇巽也。是月之月窟也。一來一往。而成一月之生機。豈特月有然哉。惟時亦然。巳時陽極。時之四月也。午時則一陰生矣。是午即時之月窟也。亥時陰極。時之十月也。子時則一陽生矣。是子即時之天根也。一來一往。而成晝夜之生機焉。是則積時而月。積月而歲。皆賴此月窟天根之來往。故運行而不息。人欲長存乎天地。以歷歲月日時之久。不默法天地歲月日時陰陽消長之機。烏乎可。於斯二者而往來之。是之謂伐毛。是之謂反骨。是之謂洗髓。是

之謂還丹。伐毛者。眞陽之氣。攻伐毛下之陰邪。反骨者。眞陽逆行於骨中。自頂至踵。如水瀉地。無微不入。一氣貫注。通體之骨節皆靈。陰氣消除。通體之骨節皆健。故又謂之換骨。洗髓者。即空陽洗滌骨中之陰髓也。還者。還既失之金丹也。丹以藥而得名。藥以治病。坎中之一陽。乃先天之祖氣。即人身之太極。此長生之大藥也。故謂之丹。以得於乾金。故謂之金丹。人得此氣而成形以生。則此丹爲與生俱來之物。自男女交。而此金失其初矣。枯之反覆。而此氣愈覺其微矣。至此氣絕。而坎變爲坤。則命氣絕矣。天根拔而月窟空矣。後天呼吸之氣。亦須臾而與之俱盡。知人之所以死。以無此氣。即知人之所以生。不可不培此氣。孔子曰。未知生。焉知死。是明言知其所以生。即知其所以死。是教以求死之理於生之理。斯知之矣。愚者不察。反疑聖人不明乎死生之理也。不大謬哉。人能以既失之丹。正心誠意以採之。養性立命以培之。使天根動而往乎月窟。月窟滿而來於天根。一動一靜。互爲其根。則固有之元氣。反之於身。如久客歸家。如故物重逢。是以謂之還。邵子之詩。復參以愚說。天人一貫之理。可以窺其底蘊。是丹道初功。已得其大半也。然不過以其人之道。治其人之身耳。彼秦皇漢武。求丹於海外。是不能明乎聖賢之理。不能窺乎天地之機也。世之吞日精月華。以求長生者。是欲速死於外感。其愚更可笑。



也。無論第吞其氣。即使納日月於腹中。試問能長生乎。有不頃刻立斃者乎。世之左道多矣。服粒。餐霞。辟穀。諸說。俱無關於性命。不惟無益。而又害之矣。竊願忠孝之人。有志延年。以邵子之說爲確。卽有志成真。亦必以邵子之說爲始。

先生述已。謂羣弟子曰。此二段文最醒豁。最透徹。與吾言互相發明。諸子當書列於後。

修道者。鍊精爲大苟。苟以火而成丹。採大苟亦非火不爲功。但鍊丹之火。兼內外呼吸而成。採大苟之火。只有內呼吸而無外呼吸。息有一毫之不定。則苟參真僞。反有傷於大苟。惟大苟而猶欲採者。以躍機後。雖覺靈動。不過靈動爐內。遷至別鼎。未必圓敏了當。何也。專氣致柔。衝突無力耳。如修道者。必用真氣爲呼吸。復以真意數火之數。滿一周天。謂之一鉅。鉅至再三。即伏氣不動。虛室生白。是大苟已得矣。倘伏氣稍遲。則火力過大。苟必突鼎而走。不獨煉神無具。即屍解亦難問矣。此乃聖凡境界。務極防閑。方有超劫之日。惟必以真炁內息爲火候。可見前火已撤。非燒鉛煉汞之功夫。可同而語矣。採大苟後。緊接下鼎工夫。因煉神化虛。大苟已得。若不急脫爐鼎。則苟老鼎內。終爲屍解之靈。故志切天仙者。須於大苟景到之時。用無形之呼吸。再在台下進退一小周天。以助其力。然後將真氣注鼎。下接胎元。緩提續升。氣上升時。自蟬聯而脫鼎矣。離鼎後。卽速透過三關。不可稍遲。遲恐大苟旁流而無主。此乃直截簡當祕訣。



## 重刊樂育堂語錄跋

右樂育堂語錄四卷。爲黃元吉先生門人記錄。先生生於元代。張三丰集中。敘述師承。先生姓名亦在其列。是書成於道咸年間。計時幾歷千載。而猶聚徒講學。殆所謂留形住世之儔歟。世衰道微。人心陷溺。非闡明性命之學。無以喚醒羣迷。而古來談道之書。如參同悟真。文字玄奧。解人難索。此外諸書。多借龍虎鉛汞坎離水火等名詞。牽附比喻。讀者如入五里霧中。杳不知其所指。求其明白簡易。深入顯出。於行工次第。確有程序可循者。不稍概見。是書樸實說理。暢發玄風。誠性學之梯航。命宗之津逮也。騰劍往年。曾獲舊本。殘缺不完。戊午來省。得借觀於康千里處。恐希世之寶。年久而散佚也。爰商之同學諸子。精校分刊。廣爲印刷。以公諸後世之讀者。潛心玩索。當不河漢余言。

民國八年己未七月中浣榮縣龍騰劍謹跋

---

梨  
育  
堂  
語  
錄  
  
卷  
四

五  
八

# 樂育堂語錄

元吉黃裳

## 語錄

命功雖在性中。然脫胎成聖。以至百千萬億化身。亘古亘今。蓋天蓋地。此中別有一層工夫。若依後儒說來。祇一盡性而已。此外別無學問。獨不思易曰。窮理盡性。以至於命乎。明明分出三層工夫。不是說盡了性。即可至命。若說盡了性學。就不須用命功。孔子當日又何必說。以至於命四字。此可知盡性之後。明明有將性立命之功在。其功維何。語云。性可由悟而得。命必待人而傳。非不授也。良以世人多貪命寶。不盡力於心性倫常。則大本未立。欲求神仙之証難矣。且卽成神仙。那天上美景。比人間更甚。性地未定。見財則起貪心。見色則生淫念。還不是終墜於地獄之中。猶虛空起九層之臺。不可得也。况人性學未至。一片私心所煉之精氣神。皆是後天污濁之物。不惟無益。且必邪火焚身。是以仙家不肯輕洩於人。必其人三千功。八百行圓滿。然後與之談玄說法。又况前世今生。孰無過愆。孰無冤怨。不多多立功立德。則孽債難消。於中阻撓必多。當此阻

撓來前。不知者。反謂吾道非正。故有天神譴罰。因而阻後來修士之路不少。是以吾之教人。必先修功德。而後授以口訣也。生等學吾之道。頗有會機。但要明先天氣。後天氣。何謂後天氣。卽人口鼻呼吸有形之氣是。若論先天氣。雖無形聲可擬。卻貫乎一身內外。渾渾淪淪。無動無靜者也。其所以云動者。特因後天呼吸往來升降。覺得沖動。豈先天之氣之果有動乎。恐吾生們。不明先天氣。無有動靜。到得神凝氣調時。理合歸爐封固溫養。猶然引之上升下降。如水本靜也。而風之動搖不已。則終無澄泓之一境焉。生等會得此旨。不但呼吸停時。務令此元氣不動。卽不停時。亦當令此真氣常凝。夫然後絪縕不斷。醞釀時存。以之化精化氣化神。不難矣。夫人食五穀之味。其有停蓄不化者。由於中氣太弱。醫家以辛溫之藥服之。則盡消化。難道自家氤氲之氣。常常收斂於中。猶有不化精化氣化神者乎。學者但須迴光返照。將我元氣。凡氣。收入於玄玄一竅之中。久久自有無窮妙用。夫豈但身體康強。爲長生不老之仙乎哉。語云。一劫人身。萬劫難生。其勿怠焉可也。

吾指示玄門牝戶黃庭三個地步。正爲生們近日知疑。不有不無之神。調不內不外之

息。方是至清至潔。自然天然一個神息。究之神也。息也。打成一片。何合何分之有。且皆清淨自然。又何有何無之有。吾前不明明分別者。以粗淺工夫。生等尙未明得。驟以此示之。恐滓質濁氣收斂於中。有如婦女未得男兒一點真精。交媾團結。血氣雖蓄於胞。到一月時。仍化爲污濁之物也。近來生已會得清淨之神息。向坎宮牝戶之中。採此一陽來歸。猶之女子得男子之真精。媾成一團。及至十月胎圓。生出嬰兒。與父母無異。此即以清淨之神息。煉成虛無之化身。若死死執着一個血氣之精。其能生虛無之神否耶。吾故教生先息思慮。庶一片靈光炯炯。直達其所。不久之間。仍如幼年穉子。陽氣薰蒸。日充月壯。其精神健旺無已也。又莫謂真陽如似一物。實有形象。而丹田實有地方。雖古人謂爲氣海。謂爲祖竅。謂爲天地之根。玄牝之門。有其名。却無其實。然亦不可謂全無實也。以爲虛也。而萬化生於此。以爲實也。究竟尋不着一個物事出來。久久於此。卽吾所謂丹田地步。亦杳不知其所之。似在空中盤旋一般。然亦不可竟向空中馳逐也。此中分際。一言難盡。在生自家理會。焉可如今學人。未用功。速期效。既用工。卽欲仙。此等之心。橫於胸次。卽是一團私欲。私欲就爲陰滓。安有凝煉陰滓。而可以成無形無

象之陽神乎。無是理也。吾師嘗言。血肉軀。原屬後天滓質之物。大道卻不在此。但精不足。氣安在。氣不足。神安壯。神猶未壯。又安能合虛無之道。成自然之仙也哉。吾教教人。必先從固精下手。固精之道不一。非第色慾一端已也。如節飲食。薄滋味。和臟腑。以及津液血汗。行住坐臥。隨在皆當保養之。呵護之。庶精不滲漏於外。而精足則氣自足矣。雖然亦不可卽謂足也。孟子養氣一章。牛山一喻。教學者。由平旦之氣。操存固守。久之自有浩然剛大之氣。充塞兩間。若非養之深。安得氣之壯乎。又要知得此爲內養之道。而外面視聽言動。亦當常常持守。不使一刻流於非禮一事。近於不情。如此制外以養中。由中以達外。若古來忠臣孝子。徇節死難。祇知道義所在。而道義之外。毫不計焉。雖曰道義充實。其實道義皆虛也。所以實此道義者。氣爲之耳。若非涵養功深。安有浩氣凌霄。丹心貫日。如岳武穆。文文山。金正聲等烈士乎哉。非不畏死也。祇是見得理明。養得氣足。所以視生死爲一致也。生們勿謂後天精氣。不關先天。須知養後天。正是培先天。祇怕僅明得粗粗一個色身。全不打掃一切。竟成無用之軀殼也。良可慨矣。諸子勿謂至誠盡性。以盡人物之性。至於參贊化育。不在此語。默動靜。日用作爲。而別

有神奇也。須知至平至常。卽是至神至奇。生們但盡其在己。強恕而行。而天地萬物皆在我個中。大家細細參之。然歟否歟。如能真知其中之奧。日間涵養本原。忽焉渾渾淪淪。清清明明。則二氣之網緼。一元之默運。誠有不在天地而在我者。此卽至誠無息。於穆不已。爲物不貳。生物不測者也。切勿自怠自逸。將自在之天。忽焉晦蒙否塞。則以外之乾坤人物。亦因之有不安者。煉丹之法。別無奇異。祇是煉自然之藥。成自然之丹。古人一切比名喻象。不過想像得藥成丹光景。心神開朗。志氣精明中。大約有似於此耳。其實非真有也。學者須善會之。試觀天地清空一氣。雖有烟雲橫塞。風雷振響。究有何聲色哉。人之修煉。無非效天地之法象。順造化之自然。有何景象。如謂實有物事。橫亘於中。要皆後起之塵緣。殊非我本來之面目。寂然湛然。天然自然者焉。生們切勿以虛爲實。認假作真。一如天地之不以清空爲實。反將雲烟等等。幻形幻色爲天。豈不大錯乎哉。吾師恐生們不悟。水中明月。鏡中曇花。雖有實無。恍惚似之。倘刻舟求劍。其不爲魔魅牽引而去者鮮矣。果深造有得。非但影響俱亡。形聲盡滅。卽所謂虛空一氣。亦無之焉。不然一有所著。則所知有限。一有所形。則所限有方。斷不能出有入無。千變萬化。

而莫測也。生們思之。神妙萬物。性通萬物。是不是一個虛無元神。纔有如是之無方所。無形狀。而實包乎天地之外。不爲大。入乎塵埃之內。不爲小耶。若云迹象。則一於此。卽不能移於彼。若云知識。則悟其半。卽不能得其全也。吾願生們將心中虛靈之神。一時晃發。勿令外注。速行收拾入內。久久薰蒸烹煉。自然脫胎換骨。他如有形有色。皆後天滓質之物。卽有動蕩。不可理他。務須溫以神火。自將後天之粗精粗氣。化爲先天之元精元氣。否則不惟不能成丹。且因此形形色色者。移我元神馳逐於外。終年竟歲。主人未歸。又安能作得我主張。爲得天地之真宰耶。此理明明。無容贅矣。

生等聞吾教訓。已非一日。水鄉鉛。只一味。此中訣竅。可能會通否。吾想此二語。已將始終修煉成丹。結胎之妙。包含在裏。許初下手時。凡心太重。凡火倍濃。是以一切塵情塵景。莫道求之不遂。火性炎炎。卽使求之而得。亦是痴情戀戀。憂虞心。歡喜心。患得患失。輪迴不已。竟把自家清淨元神。窒碍不通。生們總要識破這個風塵景色。皆是勞人草草。過眼花花。全不着意。得也由天。失也由天。有也如是。無也如是。不許一絲半毫。擾吾靈府。增吾煩熱。則一副清涼散。制吾未來之火熱症矣。若不一刀兩斷。藕斷絲連。據吾



靈府。致生煩惱。惟覓清涼洞中。全家遷居於此。安然坐定。永不出外遊行。直向安樂窩討个活計。求个方便。久之。忽然開朗。別有一重天地。如遊羲皇太古。如入桃花園中。其間樂趣。誠有難爲外人道者。此制已生煩熱之清涼藥也。至若情慾正濃。身心難耐。有如沸湯翻鼎。海潮漲天。此煩熱正甚之際。縱之難圖。激之生變。其法果安在哉。兵家所謂緩攻弱取。以柔制剛。以縱爲擒。可學也。斯時退居清涼山。全身放下。猶恐火熾炎蒸。勃勃難遏。收之在內。反將吾靈府中所素有者。一齊燒滅殆盡。惟有學兵家。停兵息戰。任彼百般攻取。萬弩齊發。號叫不已。辱罵難堪。我惟忍之。耐之。不理他。不張他。恍若無事一般。祇有一心堅守營寨。休養士卒。晝夜巡哨。謹慎不怠而已。待彼火焰方息。我則一面守吾靈府。一面搗彼巢穴。如此一鼓而攻。可以除奸削寇。而無難矣。用兵與制欲其道有同揆也。吾恐生們不知此法。將慾火團聚在中。鮮有不連母帶子而飛散者。以後煉丹。祇將眼耳口鼻。一切神光不用於外。一齊收入丹田中。以爲吾身生生不息之本。道家別無玄妙。惟有團固元神。不令外出。長使在家。則壽長千歲者在此。神超萬古者亦在此。故人生則身熱。死卽身冷。神卽氣也。氣卽火也。天有此火。則生育無疆。人有

此火安得不眉壽萬年乎。至於視聽言動。酒色財氣。一切微末之事。皆當向好邊行持。以免銷灼神氣。而金丹有本。法身可成。此中訣竅。不可妄傳。非天不許人修道也。良以造惡之徒。自家身命。猶有冥司鑒察。刑罰難逃。且又歷劫冤仇。不肯饒他。倘若輕與。成得小小人仙。略知收斂神魂。藏於無極。異日仇者莫能尋得。地府無由追魂。致使三界善惡不明。冤聲四起。誰之咎歟。言至此。吾已悚然。生等寧不懼耶。

生來拜吾。吾無妙法以教。竊思太上有言。有欲觀竅。無欲觀妙二句。以爲生補漏之局。亦爲生成真了道之本焉。欲非私意也。亦非有意之意也。要想此个欲字。是在有意無意之間。卽吾常言。略用一點意思。是竅非臍下一寸三分之謂。亦非下田水鄉之稱。教生略用意思。閉眼光。凝耳韻。緘舌意。持身以正。亭亭矗矗。如巖石之聳高山。悠悠揚揚。似皓月之印潭水。收我一切馳逐於外之物欲。牽纏於內之雜念。一刀斬斷。一齊收拾。片絲不掛。半蒂不存。於是以滿腹精神。盡收入於虛無一竅之中。時時炤顧。念念不忘。久之自有天真發現。陽氣來生。將爾腹中久積陰霾之氣。自然變化而無復有焉。由此再加猛烹急煉。常常了炤。則真陽一動。收而採之。行升降之法。用進退之功。而大丹不

患無成。若有念起情生。不妨將自家元神振整一番。屹然特立。挺然不搖。自然情不生而念不起矣。又還要念去日已多。來日已少。假如一朝不幸。不知何生始得了脫凡籠。免諸苦惱。尤要思我之一身。天地所倚賴。父母所栽培。原望學成仙佛。造到涅槃。苟不深造有得。其何以卓立人寰。而答天地父母之宏恩也哉。如此一思。正氣不患其不伸。邪氣不患其不除焉。能如此。自然精不外洩。氣不外傾。神不外散。而色身可固。法身亦即此存矣。此即太上有欲觀竅之說。至於妙之一字。道之實難。總在生作工。到氣血融和之地。精神舒暢之時。瀟瀟洒洒。無思無慮。亦不是全無思慮。祇是思慮之起。如浮雲之過太虛。毫不留戀。了不介意。此即妙之之象。然還要從此推之。舉凡平時抑鬱者。到此能不抑鬱。昏頹者。到此能不昏頹。皆是妙之作用。古云。神仙無別法。只生歡喜不生愁。斯得妙之真矣。再示觀之之實。到此時也。未嘗不炤於方寸。而實無方寸之可炤。未嘗不注於丹田。而卻非丹田所能了。若有意。若無意。隨其氣息之往還。我惟了了於中。極不爲氣息之一上一下所牽引焉。此觀之之妙也。總之。始而稍稍垂頭以顧覬。繼而微微申腰以緝熙。終而至於天機活潑。氣節峻峭。即是長生之訣也。吾見生形氣衰頹。

精神疲憊。教之如後生小子。實實了炤於丹田一寸之間。則恐用力太勞。反爲不妥。故示以活潑之觀法。無論隨時隨地。俱可做得。然而坐有坐法。睡有睡法。坐法吾且不說。至於睡法。未睡身。先睡心。舉凡一切事爲。已就床榻。思之何益。而且枉勞其心。惟有收攝神光。以頭微微曲。照入於一竅之中。自然神與氣交而熟睡。火與水濟而安閒。至於行也。須將神光照在兩三步遠。有如清風拂拂。緩步而行。不使累身可矣。若住立於何處。須知卓立不搖。如松柏之挺持。不拘束。不放曠。斯住之法得矣。

吾師當年學道。還不是家人父子。夫妻羈絆縈迴。不能一時斬斷。常將日月已逝一想。不由人不着忙。於是割不斷的。亦且割去。因而一心一德。得成金玉之丹。使當時因循。今日不丟。明日不捨。日夜爲兒孫打算。那知無常一到。欲再留世上。以爲修煉之學。萬不能矣。然亦非教爾生忍心割去也。是教生等勿似世俗庸人。朝朝暮暮。總爲撐家立業。以爲後人計。趁此年華已逝。務將那爲後人憂慮之心。換作我修性煉命之用。不痴痴呆呆。去管兒孫事業。況兒孫自有兒孫福。何苦痴心妄想。空作無益之事乎哉。總要自家明白自家的事。莫待西山日落。茫茫然猶入寶山之人。空手而回。真可哀也。

生等此心掃得乾淨。將來修煉大丹。亦易成耳。如閒思雜慮。往復縈迴。即使勤勤修煉。亦難得真火真藥。生等須知。欲起情生。急忙坐鎮中庭。若待欲熾情濃。雖有昆吾寶劍。亦難拔其根株也。惟有撒手成空。全身放下。若無事者然。得矣。切不可與之相敵。亦不容妄爲採取。吾今所示。切中生們之病。莫以爲老生常談而忽之。請從今日始。將一切恩愛。情欲。牽纏。留戀。一刀割斷。不許一絲一忽。橫梗於中。卽數月之間。亦大有效驗。然亦非教生們絕俗離塵。毫不與人事也。須知身在塵俗。心在道德。處慾無慾。居塵出塵。此方是聖人。大道所患者。立志不堅。不能常常具一覺炤之心。以了炤之耳。若能常常了炤。在在隄防。無論視聽言動。處鬧處喧。皆不離平方寸。未有不日充月盛。積而至於美大化神之域。不然。古來仙真多矣。鮮有離塵獨處者。且更多家貧親老。妻幼子弱者。何以亦能成仙耶。祇是一念之不紛。用力之不忘而已。此爲最上上乘之修煉。出世法。仍不離入世法者焉。

凡事必先陰以陰之。而後陽以生之。若無先一段溫養之功。驟欲真氣綢繆。出而現象者。未之有也。故易曰。一陰一陽之謂道。明明說先陰陰。而後陽揚也。天地生物之理。無

不如此。何況修煉之術。法天象地。而運神工者乎。今與生等道破。欲真陽現象。須從靜中蘊蓄。養之深深。方能達之疊疊。切莫徒望真陽之生。而不於靜中。早自調養也。吾觀生們。各皆明吾真訣。但溫養未深。性命自生初以來。所帶滓質之污垢。不曾洗滌得盡。以故發生時。不免夾雜凡氣。無由一直煅煉。修成一粒黍米玄珠。故有得而復失之患。苟能久久調養。竟將受氣成形之始。與有身以後。所帶一切塵垢。一一消除。自成一顆牟尼寶珠。永無走失之患。此生等貼身之病。近時作工。莫求生陽。但求無陰足矣。切不可因道之難進。遂生退縮。又莫以勤勤不息。了無進益。遂有厭倦之心。要知苦盡始甘。回陰極乃陽生。天地間無物不然。何況修出世之道。成上品之仙乎哉。俗云。出家如初。成佛有餘。生等勉之。吾師所收弟子。已不乏人。至今傳二步者。尙無幾許。豈吾之愛惜而不與乎。抑其人之志向墮頹。見識淺陋。未得若以爲得。未足若以爲足。不知道之浩浩。無有窮極。進一境。又有一境。以相待也。如某生者。皆由平日少積功行。不修陰陽。冥冥中有魔障爲之阻攔。是以退而不前。疑而不信也。吾觀此輩。更屬嚇然。願爾弟子立大志。奮大功。直欲度盡斯民。目家始証道果。如此居心。天下一家。中國一人。不謂之仙。

又誰謂乎。總要知塵世一切榮華之境。皆是苦惱之場。必跳出這個關頭。方不墮落紅塵。世世生生。受盡千般苦惱。否則一念不持。尤恐墮鬼魅之場。禽獸之域者。更苦中之苦。罔念作狂。克念作聖。聖狂只隔幾希。安心爲物。正心爲人。人物不甚相遠。遇而不脩。真愚人也。惟有打破這個迷團。纔算大丈夫功成名遂之候。至若妻室兒女。一切恩愛。不過如旅邸之相逢。信宿而別。各自東西。語云。黑漆棺中。財產難容些子。黃泉路上。妻孥又屬誰人。從此一想。只有這條大路。纔是我出頭之路。當今幸聞正法。又得良辰。可以自作自由。若不急早皈依。脩持自力。吾恐過此以往。難逢這個好緣會也。吾師喜生等之志。有進無退。是以不惜饒舌。盡情爲生破之。難道爲師之言。生們未嘗不知。但恐視如平常。習焉不察耳。亦猶越王欲報吳仇。常使一人在側。呼曰。勾踐爾忘吳王之辱爾乎。吾師之言。亦是提撕喚醒之意。願生們將此淺近之言。佩服不忘。於以鼓其精神。奮其邁往之志可也。只有今生。難得來生。遇而不煉。空有此奇緣也。吾爲生等幸。又爲生等危焉。

昔人云。動處煉性。靜處煉命。二語已包括性命雙修之要。獨惜人不知耳。吾請詳論之。



何謂動處煉性。動非舉動不停之謂。乃有事應酬之謂也。人生世間。誰無親戚朋友往來應酬。亦誰無衣服飲食。身家意計。要知此有事之時。即是用工修性之時。於此不煉。又從何處煉焉。我於此時視聽言動。必求中禮。喜怒哀樂。必求中節。子臣弟友。必求盡道。衣服飲食。必求適宜。如此隨來隨應。隨應隨忘。已前不思。過後不憶。當前稱物平施。毫無顧慮計較。所謂我無欲。而心自定。心定而性自定。煉性之功。莫此爲最。否則捨卻現在。而於閒居獨處之地。自謂誠意正心。此皆空談無著。何如對境而有返勘之念。於時時應事。即可時時養性。稍有念動欲起。人不指責於己。即己亦有不自安之處。此所以煉性於動處。其工夫爲易進也。古人云。煉己於塵俗。邱祖云。吾於靜處修煉。不勝大益。及後遊行於塵市。應酬於事爲。始知動處之煉。勝過靜處之煉多矣。至於靜處煉命。又是何說。靜亦非不動之謂。乃無事而未應酬之謂也。我等於無事之際。無論行住坐臥。總將一個神光。下炤於丹田之處。務使神抱住氣。意係住息。神氣戀戀。兩不相離。如此聚而不散。融會一團。悠揚活潑。往來於丹田之中。如此日積月累。自然真氣沖沖。包固一身內外。而河車之路通矣。若非真機自動。漫將此氣。死死用意。翻上河車。鮮有不



燒灼一身精血。變生百怪諸症者。如此煉命。一日十二時中。又有幾時不得閒。祇怕生們不自打緊耳。何患事累煩多。而脩性煉命。無有空閒之候耶。生們思之。一日間。不是煉性之時。卽是煉命之候。又何俟有餘閒而後修煉乎。至若河車之路。的於何時始通。如生們打坐時。始也神入氣中。只覺神氣相依。交會於黃庭之地。久久積精累氣。則真氣沖沖。自踴躍於一身。覺得一身之中。真氣已行包羅。我如在雲烟之內。乘馭而上一般。如此再加積累功夫。腎精不洩。耳目口三竅。亦無發通之處。不過一月兩月之久。河車之路自通。惜人有此真氣。又爲塵垢所污。私欲所蒙耳。否則五漏未除。精氣又洩。所以將底其階。而又退下也。生們從此用功。務具一番精進勇猛心。到此關頭。臻此盛境。一任如花如玉之容。極富極貴之境。可驚可怖。可哀可怒之事。我總總不動心。惟有煉性煉命。是吾究竟法門。亦吾落點實際。毫不因物而有變遷。如此而不長進者。未之有也。吾師今日所教之法。在生們聞之已熟。但未能如吾之體恤周到。在在有功夫可行。無餘閒之候耳。照此行持。自有大效。但不可稍爲怠玩。虛度光陰可也。

人生歲月。能有幾何。少年多不更事。到老壯之秋。始知前日爲名爲利。俱是消磨歲月。

枉費精神。欲尋一歸根復命之術。往往不遇其師。到頭來。不但一事無成。空手歸去。且將自己本來之物。消耗殆盡。豈不大可痛哉。生們既逢法會。又遇吾師指示。上上乘真訣。當此斜陽欲暮。好景無多。還不勤加脩煉。一到西山日落。霧影沉沉。悔之晚矣。但脩煉法功。在他們。不過以後天之意。收斂有形之丹。縱得造成。亦小術耳。即使聞得性功。非合全體大用而論之。還是拘於形色。不能超然於色相之外。尋得真正本來人。所以儒門修性之學。到有得時。猶是紛紛紜紜。逐於世境。不能空諸一切也。他如但脩下田。中田者。又渺乎其小。卽成亦難。與上上乘相提並論。蓋以此等脩士。只知以凡心爲運用。識神作主張。不得生生之原也。夫意念一動。知識一起。先天真靈之體。渾渾淪淪者。不知消散何有。先天純樸之體。既散。後天知覺之心。遂爲我身主宰。縱使保固形身。要不過一個守尸鬼而已。烏能出有入無。分身化氣。而成百千億萬化身。享百千億萬年華哉。吾故教生們。於玄關一竅大開時。而尋出那真靈乾諦之真人也。此個真人。不離色相之中。卻又不在色相之內。日用行爲。概是他作主張。但因氣質之拘。物欲之蔽。一有動機。不爲氣質之性所障礙。卽爲物欲之私所牽纏。非有大智慧者。不能燭其幽隱。

也。吾示生們須於萬緣放下。一絲不掛之際。靜久而生動機。不從想像而來。不自作爲而出。混混沌沌之中。忽有一點靈光發現。此卽我之元神也。若能識得元神。常爲我身之主。自是所煉之丹。必成天然大丹。否則不識元神。懵懂下手。焉能與天地同德。爲萬古不壞金仙哉。三丰云。人能以清淨爲體。鎮定爲基。天心爲主。元神爲用。巧使盜機。返還造化。何患不至天仙地位。生等於有事無事之時。常常以清淨爲宗。鎮定爲體。如如不動。惺惺長明。此卽天心作我主也。若有動時。卽是元神作事。方可行返還法工。知否。然而下手之初。又要勉強操持。具一個刻苦心。真實心。不可一味貪虛靜。落於頑空一流。自家本來生機。全無動氣。要知凡事先難而後獲。慢說自然。必無自然。古人云。先用武火。猛烹急煉。後以文火溫養。自然私欲頓除。智慧明淨。而先天元神。昭然發現。生們近雖聞吾大道精微。然未到還丹之候。用煉虛一步工夫。仍不離武煉。文烹以薰蒸其濁垢。銷鎔其渣滓。始有先天元氣元神。浩浩而出。若煉虛一着。一私不有。萬事無爲。乃屬自然之功。否有半私一蒂。當行烹煉之法焉。他若玄關一竅。並無形色可窺。亦非心腎之氣兩相交會。始有其兆。但心有玄關。腎有腎之玄關。不經道破。不成佳話。始

而以性攝情。忽然腎氣沖動。真機自現。此腎之玄關也。繼而以情歸性。忽焉心神快暢。氣機大開。此心之玄關也。卽真知靈知之體也。人能於此立得住脚根。不爲他物而遷。自然日積月累。以幾於光明之域。要之玄關何定。到得大開之時。一身之內。無處不是玄關。一日之間。無事不是玄關。此非粗淺人所能識也。然吾今日所傳。雖曰命工。其實上上乘法。此爲玉液還丹。見性明心之事。不同旁門之但言命工。死死在色身作工夫。尋生活也。生們須漫漫的。將心性真髓認真修煉。此處得手。以後工夫。無非將此心性造成一個有形之物而已。若論歸根復命。証聖成真。則又全在積鉛添汞。不區區於景象之遲早分也。夫人多謂少壯人易於積鉛。老年人難於添汞。殊不知真鉛真汞。全非色身上物事。總不在老少分也。古云。此鉛不是塵中物。此汞亦不是色相中。有須於清空一氣。洪濛未判時求之。所以道云。積鉛於塵世。如爲色身物事。塵世擾攘。無有清淨之區。安能累積真鉛哉。雖然鉛亦有別。命陽發生。靜裏修持之事。此積鉛之一法也。若性地之鉛。卽孟子所謂浩然之氣。由集義而生者。是夫義之所在。不止一端。或於敦詩說禮而有得。或於談今論史而有感。或於朋友相會而有所悟。或於觀山玩水而有所

見更有型仁講讓。濟困扶危。種種義舉。偶然感附。忽地悟入大乘。此等積義。猶爲眞眞踏實行持。人能於機關偶露之際。實實認得爲我家本來故物。一眼覷定。一手握定。日夜用綿密寂照之功。如此之悟。是爲眞悟。如此所得。是爲永得。此爲集義妙法。孟子云。惻隱之心。仁之端。羞惡之心。義之端等語。我能如心而出。平情以施。且隨時隨處。將所發情景。常常醞釀。不使隨來隨去。旋滅旋生。卽是擴充集義之眞實行持也。自是日夜謹慎。不稍使此心有仁不仁。不義之處。以負慚於幽獨。抱憾於神明。則我心無不快暢。我志自然圓滿。卽孟子所謂直養無害。至大至剛。塞乎天地之間。是卽積鉛積到極處也。若偶爾微露。不自覺察。將我一點眞元心體。雖浩浩淵淵。實有所得之象。一轉瞬間。或一事不謹。一念稍差。此心便不快暢圓滿。此卽孟子云。行有不慊於心。則餒矣。生們亦知之否。此爲動處積鉛。性中之玄關竅發端。吾觀今之修士。多有專務命蒂。竟忘性根。祇說靜裏修持。可以積鉛添汞。不知動中鉛汞。猶須隨時採取。以故所得。不敵所失。生之日少。而喪之日多也。如果能向動中。不論大功小德。一概行去。恰如分際。適中機宜。此神無有不快不足。此氣自覺浩然勃然。騰騰欲上有凌霄冲漢之狀。我卽乘此一

覺而擴充之。推廣之。防閑之。自然氣勢炎炎。昇騰霄漢。足包天地。亘古今而不可思議。名狀者也。豈但靜時之養。氤氲氤氲。蓬蓬勃勃。穿筋透骨。洗髓伐毛。已哉。無奈而今學人多昧於此。往往習慣安常。反以世上金玉財貨。嬌妻美妾。聲色之娛。爲自得。殊不知此中雖有所得。而其間一段躁暴氣。驕傲氣。滿假慳吝氣。種種塵緣污垢。真氣爲之汨沒者。多。獨惜其迷而不悟。至於如此其極也。今爲生們叮嚀囑咐。舉凡日用事爲。萬感千端之來。我總一個因物付物。以人治人。無論大綱小節。隨處有一段太和之氣。我卽於此把持之。使不再縱。則義積矣。由此一點。歡欣鼓舞之意。凡有動處。我卽積之。日充月盛。不難沖舉四海。包含六合。只怕學者不細心辨認。當前錯過。此本來人耳。生等具有真心。自有真氣。有真氣。自有真精。以故把玩無窮。嘉賞不已。喜怒哀樂。在在皆然。只要留心體驗。自無有不得其真者焉。而又非等人世樂境。惟有一點清涼恬淡之意。不獨人不能知。卽己亦不知。其所以然者。切不可此氣既生。不自擴充。又另去尋他。是仁之端。義之端。則又爲事所役。爲理所障。其有害於道。有傷於氣。則一而已矣。

吾言集義生氣。是去人欲。以存天理之學。金丹大道。是化氣質。以復本來之方。此中大

有分別。何者。去人欲之學。潔流之學也。化氣質之學。清源之學也。蓋人欲緣於後起。氣質稟於生初。因氣質之有偏。而後物欲因之而起。若但去乎外誘之物。不化其氣質之累。本源未清。末流安潔。縱使造詣極深。其如氣質未化。根蒂猶存。何耶。所以古人煉丹。其間祇有煉己。不聞克己。可見古仙於生初氣質。曾經神火煅煉。猶除惡如除草而拔其根。樹德如培樹而深其柢。不似集義之學。祇向外面馳求。而不知先從根株是拔也。如道德黃庭等經。其中所傳。惟教人煅煉工法。其餘克去己私之學。概未詳及。何也。人之所以有生死者。由陰陽之根未除。夫乾三陽也。坤三陰也。有此三陽三陰。而生死即於此繫矣。古人知陰陽之根不除。而生死尙牢牢繫定。由是將吾三陽。種一陽於坤宮。坤遂實而成坎。復抽一陰以寄於乾。乾遂虛而爲離。此即以有投無。以無制有。兩段工法。取坎之法。即是取我所種之陽。納之於中黃正位。以與離之靈汞爲一。煉出一段網緼之氣。卽丹本也。學人得此丹本。於是運起神火。加以外爐火符。催逼而升於泥丸。復自泥丸而還於絳宮。以與陰精配合。煉出一個元神。慢慢的以神火溫養。異日胎圓。卽化出一個真人出來。靈通無比。變化不窮。此卽將他坎位心中實點。我離中腹內陰是。



也。無非以先天一元之氣。取爲丹母。丹母之中。又產陽鉛。以此陽鉛制伏離中陰精。久之精神血氣。都化爲一個純陽至剛之體。薰肌灼骨。直將後天氣質之性。煨化殆盡。更將血肉之軀滅完。祇賸得一點真靈乾陽之氣。能有能無。可大可小。所以超生死。出輪迴。天地有壞期。而我獨無壞期。人物有生死。而我獨無生死。以此個陽神。至虛至無。故也。然虛之極。卽實之極。無之極。卽有之極。故我能生天地萬物。天地萬物不能生我也。由此思之。學人造到此境。就是天地之大。亦不能及我矣。生們莫謂此境爲難事。祇怕人不肯積精累氣。以立其基。如能立起根基。自有真樂所在。並無勞苦不堪之處。但昔人比初步工夫。爲鐵饅頭。不易嚼耳。苟能於無味中。嚼出有味來。以後工夫。勢如破竹。不難漸次而造其極矣。

古云。混沌一覺。卽成仙種子。洵非虛也。但要知此一覺。不是有心去尋。亦不是無心偶得。從混沌沌中。涵養既久。蘊蓄得深。靈機一觸。天籟自動。所謂前後際斷。是卽性光也。卽正覺也。卽無上正等正覺也。亦卽本來人也。吾不先將神氣二者。交會於虛無窟內。積習既久。神融氣暢。打成一片。兩不分開。安有突然而醒之一覺哉。此殆無心有



心。有心無心。有如種火者然。始而一團薰蒸之氣。凝聚於中。不見有火。而火自在。此猶混沌裏內蘊知覺之神。追積之久久。火力蓄足。忽然陽光發現。燒天灼地。有不可遏之機。而火初不自知。亦不自禁。是卽知覺中仍還混沌之象。此喻最切。生等須從混沌中有如此之蘊蓄。使神光凝而不散。然後一覺始圓明洞達。無碍無欠。纔是我一點靈光本來真面。可以超無漏証涅槃。而成大覺如來金仙。尤要知一覺之前。祇有一段網縷。一覺之後。祇有一段靈光。獨運空中。並無有半點念慮。知覺夾入其中。莫道以外之事。就是我靈光一點。亦不自知也。惟適其天而已矣。凡人一覺之後。千思萬想。一念去。一念來。卽一刻中。亦有無窮之生死輪迴。安問沒後不受鬼神之拘執。陰陽之陶鑄耶。是以神愈昏。氣愈亂。幻身尙且難保。何問法身。卽神氣尙存。而沉淪日久。以苦爲樂。認毒作甘。至死昏迷。尙不醒悟。所以貪瞋痴愛。無異生前。以故生生世世。無有出頭之期。不至消滅盡淨不已也。若此者。皆由一覺之餘。不克蘊之爲性。發之爲情。任諸自然之天。聽其物感之應。隱顯一致。寂照同歸。故時而喜怒。時而哀樂。以邪爲正。將僞作真。直將固有之良。漸滅殆盡。又誰知超滅無常。當下卽是火坑。目前無非黑獄。豈待死後乃見。

哉。惟至人窮究造化妙義。識得生死根源於此混沌。忽然有覺。立地把持。不許他放蕩無歸。但只一量靈光。洞炤當空。惺惺常存。炯炯不昧。初不知有所覺。並不知有所炤。更不知有所把持。斯爲時至神知。知幾其神。由此日運陽火。夜退陰符。包裹此太極無極之真帝。久久神充氣盛。頓成大覺金仙。永生滅。勿謂此一覺。非我仙家根本。而別求一妙術也。蓋此時一覺。但見我身心內空洞了靈。無塵無翳。不啻精金良玉。故一覺之後。其樂陶陶。不可名狀。是一念知覺。卽一念之菩提。一刻晏息。卽一刻之涅槃也。不誠一覺神仙哉。雖然混沌一覺。有真亦有僞。如今之人。昏迷一吓。卽以爲混沌。知識忽起。卽以爲一覺。此皆認賊作子。斷難有成。惟一無所有中。忽然天機發動。清清朗朗。虛虛活活。方纔算真混沌真覺。不然。未有不以昏迷爲混沌。知識爲一覺也。生們須知混沌非本。一覺非根。必從混沌一覺中。而有湛寂圓明。清虛玄明之一境。方得真際。切勿以恍惚二字混過可也。

天地間。無非一個紅爐。人能受得世事煅煉。一任轟轟烈烈。悽悽慘慘之境。我總一個不動心。知得我血肉團子。皆是四大假合。非我本來真身。我之真身。原寓乎形體之中。

立乎官骸之外。時而靜也。渾浩流轉。不會海水之汪洋。時而動也。流利端莊。何殊江湖之往復。如此一動一靜。皆默會其天真。久久冰融雪化。自有不假形而立。不借身而存者。此所以一切事物之應酬。艱大之負荷。皆視為乾坤之爐錘。所以不動心也。且不惟不動心。而亦與我本來人不相關涉。況本來物事。更假此外緣之紛投。萬端之叢脞。而益淡塵情。愈空色相。於是超超然。獨於形骸之外。而特立乎天地之間。如此不謂之仙。又誰謂耶。吾觀世人。大半貪於勢力。慕乎色聲。渾不知吾身內有個真仙子。卓立其間。突出其外。一遇不遂心。不如意之事。來試於前。輒謂天命不祐。神靈不輔。更有口出怨言。心生誹謗。而以冥漠之天。虛寂之神。如此之不佑。如此之無知。噫。皆由不識吾身有個本來人。不與形骸共生死者在也。何也。蓋人人有個虛靈本體。只因安常處順。溺於聲色貨利之場。但知有個凡身。不知有個真身。所以古人云。順境難逢。逆境易得者。此也。故孟子云。人之生於憂患。而死於安樂。不信然乎。蓋以本來色相。千萬年而不變。自混沌以至於今。賢不加多。愚不加少。願何以得見如來。返本還真者。何其少也。特以此个本來人。不激則安於常。不磨則固於習。所以無由得見耳。惟於事物之紛至沓來。交

集磨勵。因之時窮勢迫不得不返而思故物。故曰乾坤一大爐錘也。又況天地開闢。輕清者上浮爲天。爲聖爲神。重濁者下凝爲地。爲凡爲物。惟人處天地之中。半清半濁。夾陰夾陽。如能自修其德。以復本來之面。則輕清上升而爲仙矣。若是自貪其欲。徒養形骸之幻。則重濁下凝而爲鬼矣。猶之紅爐煉金。渣滓銷鎔。化爲塵泥。精金冶煉。成就寶刀。若非此火之猛烈。何以化渣滓而成利器哉。此君子所以素位而行。無入不得。要無非認得本來人真切。那以外之逆境窮途。皆不爲之動意。不惟不動於心。且因此事物之艱難。反能使我操心危慮深患。獨求一个安樂窩也。是以古聖人履險如夷。皆由困苦磨勵而至。總之境遇不足累人。能累者。凡夫俗子耳。若有道高人。先已明心見性。識得我之爲我。不在此血肉腔子內。有超然特出。巍然獨隆。陶然自樂。悠然自得之真。他如血肉團子。不過因我當初一念之差。不能把持。是以墮於四大紅塵之中。因之寄迹於此留形於此。此殆幻化之身。有之不過百年。終歸朽壞。得之何榮。失又何辱。生又何安死又何苦也哉。我於是益勵其操。益堅其志。總要於紅塵爐內。加意煅煉。有事物之累。以艱巨爲省身之煉。無事物之投。以清淨爲洗心之煉。如此處常處變。境遇雖各不

同。而其煅煉我色身。使之乾乾淨淨。精明不昧。則一也。爾等亦曾真正識認得本來人否耶。吾師念生等求道已久。今將本來事物。一點色相指出。庶幾胸有把柄。然後不怕塵勞之累也。何以見之。此卽動而浩浩。靜而淵淵。一團氣機。流貫周身者。是生等亦識得否。卽古人云。精氣神。三寶合一者矣。如果養得此物。返還於內。則丹田之中。覺得有一團氤氲。沖和活潑之機在內。卽本來人現相也。生等恐多事之累。有碍修持。只要認得本來人清楚。隨時隨處。以此爲本。所謂萬紫千紅。總是春是矣。

凡天下事極盈。卽寓極虛之象。至盛。卽寓至衰之機。夫以物窮則變。新人窮則返本。時窮則復元。又況濁精不去。焉得清氣流行。古大人當憂危交迫之際。而毫不動心者。此也。故文王囚羑里。而演周易。孔子阨陳蔡。而奏弦歌。凡遇不堪之境。人所不能安者。聖人獨處之泰然。正以德慧術智。因歷災疚憂患。而其智愈深。其德愈明。較之居安處順者。其進益更無疆也。人生業患不能修。不患外侮之迭至。德患不能進。不患萬禍之頻來。蓋以一時之逆境易過。而萬世之清福難邀。惟能於艱難險阻之備嘗。而後奮力前進。矢志潛修。坐得千萬年之富貴功名而不朽也。彼曹奸秦賊。逞一時之聲勢。遺萬載

之臭名。且墮入獄底。永無出世之期。較之武聖人岳少保。一生蒙垢。萬代流芳。其優劣爲何如也。且二聖人。以血肉幻化之軀。直將秦曹二賊。千百年之真身害脫。其得失有不待辨而知者。又况富貴榮華。皆是倘來外物。得不足喜。失不足憂。何如葆我靈陽。樂我性天之爲大。且久歟。無如世人不通幽明之故。不識人鬼之理。所以戀戀塵緣。至死不放。又誰知凡人以生死爲異。晝夜爲常。至人深通陰陽生死之微。直視生死如晝夜。猶之今夜之事。一寢卽休。待至明日。而父兄妻兒如故。朋友親戚依然。至於酬酢往來。情性交孚。與一切恩仇憂樂。無一絲半點不猶然在焉。此輪迴因果之說。所以千萬劫而不易也。奈世之人。今生不好。往往期諸轉劫。却不思今日無知。來世又有知乎。此日無能。他生卽有能乎。無是理也。語云。萬里之行。始於足下。千層之臺。始於壘土。欲望老來享福。必從少壯勤勞。欲期異日聰明。必自今生涵養。欲求二劫富貴。必從此日栽培。故老子不自天生。如來非從地湧。無非勉勉循循。見得理明。守得性定。而於是與天地參焉。特恐世人不肯放下屠刀。徒思立地成佛。所以童年志學。皓首無成。適以滋其妄想而已。又聞古人云。都是眼前事。悟者天堂。迷者地獄。共歸無上。因明者生機。昧者殺

氣。故丹經云。卽入世之法。而脩出世之方。卽常道之順。而修丹道之逆。是以酒色財氣。凡人以之喪身。聖人以之成德。同牀異夢。聖凡祇此敬肆之分焉耳。生們知得本來真面。如今進脩。還要直上菩提。竟成大道。第一要養得此心。如秋月光華。纖塵不染。春花燦燦。天姿自樂。若無一事者然。纔算聖人空洞了靈之學。否則莫說惡念之存。爲心之累。卽使善心之在。不下摩尼。亦是吾道之障。縱古人亦有因剛因柔之正氣。而直造到落落難合。休休有容之地。要皆得其一偏。卽使有成。亦不過一靈祇而已。終難免轉劫投生。輪迴六道之苦。吾再示生們。正法脩煉之始。不過無事。使此心不亂。有事。令此心不擾。於靜於動。處變處常。任外患頻來。而天君泰然。絕不因之有損益也。故曰。廓然而大公。物來而順應。有事無事。處安處危。只易其境。不易其心。如此存心。卽欲不退而自退。誠不存而自存矣。然此無他。妙法只一個小心翼翼。昭祀上帝。始而勉強。終歸自然。生們更要知道。道在倫常。德在心性。切不可孤修兀坐。以求仙丹之就。孟子養氣集義所生。行有不慊。氣卽餒矣。生們日用行爲之際。還要事事求其合節。有時得心應手。心安理順。無論觀山玩水。喜怒哀樂之時。皆是浩氣流行。正氣常申。有晬面盎背。四體不言。

而喻之狀。務要瞥地回光。昭然認識。集而養之。擴而充之。以至於美大化神之域。切不可參一見。加一意。只是如如自如。了了自了。拳拳持守。保而勿喪足矣。

天理人欲。不容並立。亦無中立之理。不是天理。即是人欲。凡人未修煉之身。念念在塵情上起見。舉凡不關緊要。不干己分。內事無不隨起隨滅。轉轉相生。了無止息。而自人觀之。似乎無善無惡。調停而中立者。不知雜念不除。塵根不斷。後之惡妄諸緣。從此而伏其根矣。此卽人欲之胎。萬惡之種。學者不可不細察也。人欲除其根。必先攝其心。攝心之法良多。佛有止觀。持戒二語。此爲最好法程。何謂止觀。卽是數息。觀鼻端看出入息。回旋往來微微。以意收斂之。調和之。卽儒者變化氣質之學也。至於攝心爲戒。卽儒者克去己私。非禮勿視聽言動之法也。此二法門。一去私欲於無形無象之際。一去私僞於有作有爲之間。正是儒者動靜交脩。內外兼養之道。如此去欲。方能克去得氣質之偏。物欲之累。否則但止觀不持戒。但持戒不止觀。此中人爲之僞。外來之私。恐不能淨盡無遺也。如此欲去。卽理存。猶雲消。卽日現。不必於遏欲之外。又加一番存理工夫。若再加以存理。是加以後起之私識心。反把本來一點無聲無臭。無作無爲之真空。



妙有障礙矣。今之學人，多於去欲之外，又加存理。所以明明天光，日色當空，了炤如如自如了了自了。而一動知覺之識神，亦猶太空本空，而又以浮障浪烟遮蔽太空。若此者，雖與妄心惡心迴別，然其障礙太空，則一而已。以故終身學道，究之一事來前，不能應酬得恰好至當，或當事而退縮，或臨事而躁迫，種種滋偽，了不能除。般般惡習，究常時在。無怪乎真性不見，惡念難除，以至於求道而不能得道也。此豈不辜負一生心血哉。總之性本虛也。一旦清淨自如，卽見性矣。心本靈也。一旦光明，覺炤洞達無碍，卽明心矣。於此心明性見之後，著不得一毫思議想像，惟有順其天然，自然而已矣。生等若未臻此神化之境，一旦此心空洞，此性圓明，而養之未深，調之未熟，稍縱卽失，又不妨振頓精神，提撕喚醒。書曰：人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。此十六字之心傳，皆不無提撕喚醒之力也。雖然，著提撕喚醒四字，亦是疵病不善，會通微意，又不免於提撕之外，加一提撕，喚醒之外，加一喚醒。又若浮雲之障太空一般也。吾爲生等示一要訣：心神若昏而不覺，不妨提之喚之，然亦惟一覺炤，一常惺而已矣。一覺之外，不容再覺，一惺之後，不容再惺。此爲不二法門，用工真際。

修煉之道。第一要識得心性。直切了當。然後火候藥物。合清空一氣以爲煨。而後不至於頑空。亦不至於固執。夫性者何。詩云。上天之載。無聲無臭。至矣。妙矣。性之爲義。無以加於此矣。爾等既明得此旨。猶當以渾渾淪淪。不識不知之神。守之一純。任乎天然自然。即可與太虛同其體也。何爲心。卽吾人之靈之真覺。孟子所謂良知是也。總之此个真心。不同凡心。凡心則有。有無生滅等相。或因緣而起見。或隨境而生心。種種變幻。不可端倪。此之謂私識之心。不可以云真心。不可以爲煉丹修道之本。惟有真心之覺。不因緣起。不自境生。湛然常炤。真淨妙明。所謂能應萬事。無有滯碍者。此也。而要必存靈覺之心。然後可養虛無之性。若不先存此心。則本性亦昏而不明。其墮於頑空者多。爾等既明此性。與虛空法界無有二體。當以吾心之靈覺。了炤之管攝之。而主持之。而後此性之大。大於太虛。任一切生死常變。順逆境遇。而皆不能亂我性天。故存心所以養性。而養性又莫先於存心。宋儒以心性分爲體用。性是心之體。心是性之用。亦差近理。然細按其微。亦不能盡其妙也。夫性無動靜。却又賅乎動靜之中。貫乎動靜之內。不可以體分性。用分心。明矣。雖然爲示後學方便法門。不得不分心性爲二物。以性無端倪。

無從下手。惟存後天真知真覺之心。以養先天無聲無臭之性。其實存而不存。不存而存。養而不養。不養而養。庶得心性之本原。而不流於後起人爲之造作。此在生等默會其機。吾亦不過道其大概如此。吾願生們一動一靜之間。寂寂而惺惺。惺惺而寂寂。則虛靈之體用。已立其極。久久涵養。心與性融。性與心恆。渾化爲一。杳無迹象之可尋。要不外虛而有覺。覺而常虛也。果然靜定如止水。澄清如皓月。不炤而炤。炤而不炤。無時不打成一片。渾化無痕。由此應事。一任千條萬緒。無不有條有理。此一真湛寂。儼如天地之無不覆載。如日月之無不照臨者。然此個地位。是大化流行。與天無二。實不容易到此。吾亦不責諸子。爲爾等計。只順一個從容靜鎮。無事則心性不昏。有事則心性不亂。閒閒雅雅。疎疎落落。因物而施。隨緣以應。我不於事之方來。生一厭心。亦不於事之未來。生一幸心。如鏡光然。清朗朗。無塵無垢。不增不減。此無事時之養也。及事物紛投。勢難一二偏悉。惟有不煩不躁。不忘不荒。次第以處之。優游以應之。此卽真心不參人心。以之應事接物。自能千頭一貫。苟雜一有。無生滅喜怒哀樂愛惡之凡心。則一靈炯炯。洞徹十方。娑婆諸界者。因此後天陰識爲之矯亂。爲之遮障。而我能靜能應之靈。

神亦爲其所污染而不靈矣。生等近已明心見性。務要時時涵養。始而勉強支持。久之義精仁熟。無在不適其天懷。此非難事也。近在吾身。俯視卽是。然亦非易易也。古人有一旦知之而有餘。百年成之而不足者。法惟貴乎恒而有漸耳。吾見生等處靜。則惺惺寂寂。不昧心性之源。而其處動。因物爲緣。隨緣以應之機。尙未能十分周到。十分懇切。猶不免有勞倦厭煩之態。何也。由養之未深。行之未至也。如今已明此心。見此性矣。不妨隨時隨處。都要空空洞洞。了了靈靈。使一塵不染。萬緣咸空。如此則真心常存。而凡心自不能干矣。再示生一法。此心務如明鏡。物未來時。此心空洞如故。靜以養其本體。物既應時。此心靈覺如常。亦虛以養其神明。更還要明得元性。凡性元神識神。而後不至於認賊作子也。學人果知得本來心性。個中消息。其味自有無窮。以視外之因緣不染。他而且視如糞土。了無一點趣味。惟有保護靈軀。眞常時在。其樂有不可得而名者焉。生等若到時時俱樂之候。眞有千金不能換我一刻光陰者。特恐學人不見眞性。不得眞樂耳。果然一得。自然永得。古人殺身成仁。捨生取義。皆於此認得眞。養得定。雖刀鋸在前。鼎鑊在後。寧喪身殞命。不肯昧心失性。不然彼獨非人哉。何以不畏生死如此。

殆由見道明守道力而得個中真樂也。願生們由一點真樂養而至於浩氣流行洋洋洒洒。此時縱有絕色之嬌姝。至貴之良玉。亦不肯以此而易彼也。此非勉強爲之也。聖人之學。原無強制。強制非道也。惟任其自然。不勞一毫心力。方是聖賢真正學問。苟未到此際。縱云心性洞徹。亦不免游移兩可。若造其巔。真有介千金而不顧。履萬乘而不惜者。吾觀生們洞徹心性源頭。真是無憂無懼。應不隨富貴貧賤而變遷者焉。三教聖人言仁言丹言空。各有不同。總不出一性字。至若心之一字。不過以性無爲爲者。必出於心之知覺。其實皆性中自然之靈覺也。古人於性之渾渾淪淪。無可捉摸。以爲下手。故教人於氣機之動靜處。審其端倪。又云。靜則爲性。動則爲心。其實皆有語病。性無物事。何有動靜。動靜者。氣機之升降進退也。佛有云。動作世界。靜爲虛空。世界有成敗生滅。虛空無成敗生滅。古佛如來。教人不過以人知慮紛紜時。無從見其性之真際。猶空中樓閣。旋起旋滅。旋滅旋起。無端擾擾。難以見天光明月也。故教人於一切萬緣放下時。瞥見清空一洞中。無个物事。但覺渾淪磅礴。其大無外。其小無內。入無積聚。出無分散。不可名而名。無可狀而狀。故曰性也。性則無爲而無不爲。無在而無不在。古佛如來

靈山說法四十餘年。實未曾道着一字。卽性之無可端倪者也。生們不必另尋真性。但能虛靜卽是性。知得虛靜。了無物事。卽是見性。我以無爲無慮。勿助勿忘處之。卽常見性。而性常在我矣。至於心又怎解。吾想人之生也。得天之理。以成性。得天之氣。以成形。心卽氣之虛靈。有知識思慮作爲者也。舜告禹曰。人心惟危。下个危字。舜之親身閱歷。此个知覺。一起稍縱。卽流於僞妄。墮於禽獸路上。人禽之關。正在此一息之頃。克念作聖。罔念作狂。真危乎危乎。險矣險矣。爾等明得玄關竅開。忽焉一覺。實爲正等正覺。無上菩提大覺。金仙卽在此一覺中。雖一覺不能盡其妙。然莫不由此一覺而起也。此一覺也。爾等切不可輕視之。自此以後。覺而迷。迷而覺。總從覺一邊去。久之自然無覺。而無不覺。如此者。非所謂不神之神乎。生等莫視爲難事。只是用一個覺字。靜字。常字。卽可爲正法眼矣。否則靜而不覺。覺而不常。神有間斷。何時而後心定如止水。月印萬川。而無波哉。亦不必深山枯兀靜坐爲也。只要我心一靜。自然了覺。常常如是。無論千兵萬馬營中。皆是清淨靈山也。總在各人自靜。自覺。自常。卽可証無上菩提矣。否則靜而不能動。還是一偏之學。非吾道全體大用。治身治世之大法也。但自孔孟而後。明心見

性之說。雖時在人口。顧其所明之心。概是識神。所以造出刑名。法術。奸盜。詐僞出來。縱云見性。只是從性中發出仁義禮智來的。偶然見仁。便以爲性祇是愛。墨子所以墮於兼愛也。偶然見義。便以爲性祇是和子莫所以流於執中也。甚至縱情任性。各成好惡之私。言功烈者。不喜清談。甘泉石者。羞云仕宦。各執氣質之偏。各從所好。所以一點真靈之性。知覺之心。本是我一元真氣。可以隨緣順應。無好無惡。直造一重天地。証密波羅。無奈不知存有覺之真心。養無爲之真性。由是縱其私情。蕩其防檢。不知返本。天理滅矣。若此者。其與禽獸之困於氣質。蠢蠢然。一無靈明者。不相近哉。所以愈迷愈肆。愈肆愈滅。雖在光天化日之下。亦如黑暗地獄一般。生等思之。苟一時有錯。一念有差。不能明心見性。是不是昏昏沉沉。愁眉蹙眼。噫。這就墮無間地獄。苟能猛然思省。掃去塵氛。拔除雜妄。清清明朗。便是天堂路上。由此直入清虛。跳出擎海。大放毫光。上炤三十六天。下炤七十二地。雖至細至微之處。無不明明洞徹。登道岸。非俗所謂登天堂乎。生等細思。是耶否耶。以後儘管從虛靜覺常四字用工。即可直超無漏矣。大道原是本來物事。一毫增減不得。而論我道家將性立命之法。其間工夫。非真仙不



能傳授。而得其真諦也。夫性之一字。的是金丹種子。單言修性。亦是孤陰不生。莫說千變萬化。出沒神奇。不能得其妙奧。卽肉身亦不能保其長存。而自主持其生死也。古人謂陽裏陰精質不剛。獨修一物轉羸尪。所以吾道家斥修性不修命者。謂之獨坐孤修。氣轉枯。良不虛矣。夫以性本虛也。無天地靈陽之實者。以配合之。猶人世獨收得有五穀種糧。不置之於糞土之中。受天地風雨日月寒暑陰陽之變化。雖有真種。而不能自生。自長於倉廩中。所以人欲長生不老。以成百千億萬化身。必如五穀之美。得種於地。而後母生子。子生孫。生生不已。化化無窮也。要之性本無物事。非實非虛。至於言虛言實。皆是後起塵垢。不關性分上事。蓋以氣質之性。皆由物欲爲之拘滯而夾雜。所以紛紛不一。難以名狀。若言真性。則空而已。孟子云。夫道一而已。二之則不是。若果了性。莫說修之一字。著不得。卽悟之一字。亦講不得。蓋以性本無迷悟也。所云明暗清濁。斷續真幻。皆後天氣質之純駁。人欲之生滅爲之。非性之真有此變幻離奇也。生等明得此旨。則知本來心性。無染無淨。原是湛寂光明。無論賢智之士有之。卽愚夫愚婦亦莫不然。莫說人爲物靈。有此真性。卽下至鳥獸草木。亦莫不如是。蓋以人物本無閒也。生等



既明心見性。須求向上之事。纔能使此凡軀。化爲真軀。使此有限之身。化爲無窮之身。此非別有工夫也。卽古人謂以性立命。以命了性是矣。悟真云。勸君窮取生身處。反本還原是藥王。此卽吾師指示玄關妙竅。一陰一陽之道。是藥王也。卽真種也。夫人未成胎。身心性命。渾受天地之涵濡。陰陽之鼓盪。故天寒亦寒。天熱亦熱。自家一毫主不得。亦猶人在母胎中。隨母呼吸。以爲呼吸。一經性命合一。加以文武火溫養成形。卽是跳出天地外。不在五行中。鬼神不能拘。天地不能囿。陰陽不能鑄。我之爲我。別有一重天地。不與衆同生滅者此也。而要不過先得性真。繼加命學。於以採取烹煉成丹而已矣。如今儒佛之教。大抵只言心性。到得空洞了靈。卽以爲道盡。於是。不知此但性學之歸根。猶非吾人托生父母。成形受氣之全量也。爾生們。既得真性。須知真常大道。了無希異之爲。不過將此了靈空洞。傾下造化爐中。再加煅煉功夫。異日必現千百萬法身。或霎時而升天。頃刻而降地。無不隨心運用。如不脩命以實性。吾恐心性雖極圓明。要皆虛而無著。散而不斂。不能有此大力量。大智慧。大精神。大威武也。吾道家六通具足。天地人物。幽明。鬼神之微。無不前知後曉者。此豈別有術乎。卽此一靈炯炯。洞炤當中。積

而至於陰淨陽純。是以化機盎盎。昭著人寰。隨時皆在目前。當下即能取證。又非此時而後有也。當其掃却塵緣。真如獨現之時。即此一知一覺之微。即是將來六通具足之根。諸子修養有年。亦能實實取証否耶。生等業已明心見性。要知心性非他。即吾人固有之物。但能心中無物。即是性。一心無二。即是心。明之見之。必返觀內照而後知也。此可隨地隨時。立地取証。當下圓成。諸子已了然無疑。決不穿鑿。以失本來真性真心。況此心此性。人人具足。只要去其閒思雜慮。心性即在是矣。切勿於心無一物之候。又去思量忖度。曰。如何爲心。如何是性。若是則本明之心。本見之性。又因後天私識計較。反不明不見矣。此際分別殆些須耳。生等須具慧照。以了徹之。快劍以斬斷之。庶幾由一線之明。積而至於神光普照。實有與日月同其光明者。只怕不肯耐心習靜。日夜勉強而積累耳。

天地人。一氣相貫注者也。但天地無爲。而爲之機在乎人。所以人與天地。號爲三才。而人又爲天地之主也。古人每見天地變幻。星辰異常。不歸咎於天之所爲。而歸咎於人事之感召。故齊有彗星而知驚。以後仍然無事。普有石言而忽略。以後遂成殺劫。此古

來回人心以轉天心。事之可憑可據者也。故曰。善言天者。必有驗於人。於人心之順逆。觀天心之從違。此言洵不誣也。否則不自回心以挽天意。而概諉諸氣數之適然。未有不亡身滅家者。噫。若果氣數之逢。一定不易。生於中者。盡可如泥塑木雕。毫不須自謀身家矣。古今來有如是之事乎。吾知天定勝人。人定亦可勝天。旋乾轉坤之爲在人。自強不息而已矣。目今天氣晴紅。已經數月之久。不見甘霖之降。此豈天爲之乎。殆人爲之也。書言休徵咎徵。概屬人事之默召。古聖人豈有欺人之語哉。足見天無心。以人之心爲心。天無爲。以人之爲爲。其權總在乎人。不必上希乎蒼蒼之天也。明矣。然合之三千大千世界。共一天分之。則蠢靈民物各一天。俗云。各人頭上一重天。天者何。卽理也。卽吾心之主宰。此理者也。我能時時了炤主宰。吾固有之天。卽是生生不息。內之則神恬氣靜。四大皆守。外之則甘雨和風。一時迭降。此不易之道也。吾見生們。近見天氣亢陽。回念身家幾有。愀然不安之意。噫。如此設想。想何益焉。夫旣以其權歸諸天。則天主宰其間。斯人不能爲力。雖然。亦不得諉之天。而漫不經心也。果能修德於身。未有不自然自全其天。而爲天所厭棄者。足徵人各一天。天不在外。而在內也。生們明得此旨。自然

素位而行。無入不得也。吾上年爲生們示大道在茲。卽天命在茲。雖有種種刼難。能奈人何。不能奈天何。但須各自默驗。我之天。果常在當中否。若在當中。一切外侮不須慮矣。如不在中。莫說大刼臨頭。賸有凶災。就是太平盛世。未有不罹於凶咎者。此可見順理則吉。從欲則凶。只在各人自奮自勉。自辦前程。又何論大刼之有無耶。生們屬知道者。而今業已見道若此。體道奉道若此。只管平平常常度去。晴也由他。雨也由他。惟有一點虛靈之性。覺炤之心。時時涵泳之。而保護之。卽是修德回天大妙法。夫以天與人同此一氣者也。吾之心正。則天地之心亦正。吾之氣順。則天地之氣亦順。如谷應聲。如月照影。自然感召。不必有心爲之。而自能格天者矣。否則不惟憂之無益。反將此心三分四裂。私僞雜起。始與天相懸絕。而天愈無由回也。故曰感之而有以感。則必不能相孚。感之而無以感。適乃與天爲一。若在他入。吾不敢說此上乘格天之法。而在生們業已升堂。深得個中三昧。吾故以此道教之修己。卽以此道教之格天。聖道王功。合而爲一也。

聖凡原無他異。祇是聖人塵情不染。卽空洞了靈。以成聖座。凡人塵情常著。卽生死繫

縛。以壞真心。故曰同源異流。大相懸遠。卽如伏羲開天之後。至人借此一覺。以返本還原。歸於靜定海中。凡人因此一覺。以生心起事。入於沉淪獄底。生等已明玄關。認得一覺。從此一覺之後。不容再覺。舉凡一切事物來前。不必另尋意見。惟聽我一覺之真。是非善惡。平常應去。自然頭頭是道。無處不是中和。無物不歸化育。此王霸之分。有爲無爲之別。孟子謂所過者化。所存者神。上下與天地同流。此是何等境界。何等襟懷。而要不過一覺之積累而成也。生等勿疑。吾大道真傳。別有妙諦。但從此一覺一動。將神氣合而爲一。還丹在此。成仙証聖在此。贊天地之化育。參造化之經綸。亦無不在此。書曰。一人元良。萬國以貞。其信然歟。雖然一人甚微也。何以使萬姓生靈。盡入帡幪之內。咸沾雨露之恩哉。以迹而論。荒渺不足信也。豈知我能盡己之性。卽是盡人物之性。能盡人物之性。卽是贊參天地經綸造化之旨。朱子謂吾心卽天心。吾氣卽天氣。誠見此天人一貫。物我同源之道。形動於此。影炤於彼。無有或爽也。上年每逢乾旱水溢。與一切不虞之患。常以此理示之。夫道之所在。卽天之所在。道之發皇。卽天之春風流行。焉有斯文在茲。而猶令其室家啼饑號寒。受窮遭阨者乎。無是理也。况斯文在茲。天心默契。

卽一鄉一邑。鳥獸草木。幽明人鬼。亦無不包涵徧覆。盡得托蔭受生。生等亦能了炤否耶。祇怕認道不真。信道不篤。自小其器局。徧其心性。是以神氣閒隔。無由得感孚之妙也。苟能明心見性。一真自如。卽天地定位。人鬼咸安矣。由此日充月盛。神與氣融。氣與神洽。卽太和在抱。四時皆春。生生不已。化化無窮焉。總之心能打掃乾淨。不令放縱逐物。則性卽天性。命卽天命。倘到自然境界。則我卽天。天卽我。不但如此。且我能包羅乎天地。作育乎天地。我不受天地鼓鑄。天地反賴我栽培矣。孔子云。知我其天。豈在蒼蒼之表。漠漠之外耶。殆一內省間。而卽通其微矣。

昨聞生講論工夫。我亦爲之感觸。而有開發之機。生言主宰在我。須常常把持。不可一息放過。此語直貫古今。聖賢天地人物之學。無論爲聖爲凡。皆少不得這個主宰。若無主宰。則頽然一物。必散漫而無存矣。聖人一生別無工夫。卽到真空地位。此理此氣自然真機流行。流通無間。猶必有個主宰。存而不失方可。故曰。惟聖罔念作狂。惟狂克念作聖。念者何。卽主宰也。一息稍放。卽無主宰。無主宰。卽流於人欲之僞而不覺。所以聖人猶必以罔念爲戒。生等知此身此心。要有主宰。日夜間。無論有爲無爲。處靜處動。總

總一个了炤心。常常知覺。卽有主宰矣。吾見某生事物牽纏。精神疲敝。皆由心無主宰。爲外邊事物所困。是以千頭萬緒。千感萬應。爲之阻塞其真機。勞擾其志氣。是以爲事所役所苦。直至精竭神疲。如此若能收拾此心。此氣。不令昏怠。常常提撕喚醒。有個主宰。以之嚴密管攝。不許此心一息游移。一念放蕩。不許此氣一息荒怠。一念孱弱。如此有主。自然無欲。無欲則此心圓明洞達。了無一物而虛。虛則無論繁冗事物之事。皆有主而不亂。可以順應無差。到得順應無差。內無愧怍。外無艱難。此氣不長長。浩然直貫兩大者乎。且人無欲而靜。不但靜能靜。卽動亦能靜。夫以無欲之心。有如明鏡高懸。物來自照。雖時來時去。層出不窮。而其中湛寂光明之體。自然常存。此可見有主於中之義矣。生等知得有主於中。自然無私無欲。以之應天下事。雖百惑而不擾。縱千慮而不煩。以其純任乎天。不參以人也。生等務於主宰二字加意焉可。

聖門一貫之道。何道也。卽吾所示玄關一竅是也。若離此一竅。卽是旁門。夫以人之生也。生於此一氣。人之死也。死於此一氣。究之人身雖滅。此氣不滅。未有天地之前。此氣自若。既有天地之後。此氣依然。人未生。而此氣在於虛空。人既生。而此氣界於人身。誠

能了悟此氣。真有天地非大。吾身非小。生有何榮。死有何辱。境況無奈。世人不聞真訣。日夜營營逐逐。總於聲色貨利。富貴榮華之途。是戀。又誰知因幾十年之塵緣。害卻千萬年不壞之真身也。人可不自省乎。若必如文帝。十七世而始得斯。亦已矣。只在辛苦兩三載。即可快樂幾千年。又何憚而不爲者。聞而不煉。真是愚夫。甘自陷於泥塗。而不思跳出也。雖然跳出之法。豈有他哉。只在此一竅而已矣。又豈必幾十百年哉。祇在頃刻之間而已矣。或謂爾弟子。已數年於茲。如今始有聞者。先生何談之易易耶。不知積功累行。與積精累氣。須在平日慢慢操持。若了悟之機。祇在一時也。果能一絲不罣。萬緣齊消。此一刻中。未必無所得焉。無如後之修士。鮮有此般真志氣。大力量耳。如能一朝脫然。自能一旦豁然。故佛家有放下屠刀。立地成佛之說。此頓法也。如此之勇猛精進者。最少。下此循序漸進。日充月盛。忽然醒悟。卽入大乘。此漸法也。無奈人自有生後。無一個不染紅塵。不是破體。所以吾道教人。教先斷除塵緣。填補精氣。子精固。然後神火一煨。方得元氣發生。玄關現象。了悟此個玄關。始知吾之生而入世也。非此竅無由來。吾之化而出世也。非此竅無由往。得之則生。失之則死。理有必然者。學道人。祇要凝



神壹志。常將此氣收於虛無窟子之中。生固生。死亦生也。夫以此虛靈長存而不昧。縱脫却幻化之身。而我依然如生。若使失却此氣。雖血肉之軀猶存。終日昏昏罔罔。無可奈何。求生不得。欲死不能。故雖生而猶死。且不如凡人之竟死也。此可見立關之妙。非同人間勢力。只可守之數十年。又非若勢力之有患得患失。百憂慮心。萬事勞形也。生等了悟到此。再加涵養之功。隨時操存。不要間斷。即可証無上涅槃。然操存之法。始而不入靜中。不能了炤收持。如今工夫已久。還要在應事接物時。處煩處變時。略用些兒意思照管。卽如靜中修持一般。果能常常如此收攝。其得力更勝於靜中萬萬倍也。如此動靜交養。本末無遺。一任錯雜紛紜。而主人自不亂。此卽仁熟義精之候也。豈有他哉。不過於立關動時。要乘得此機不失其候。以前要涵養此機。毋忘於心。以後要操持此機。不許走作。久久純熟。自然不思不勉。而從容中道也。但立液立關。要凡息停。真息見。方得現象。若到胎息停。六脉俱盡。則立關竅開。更有不同。非立關有二也。只是氣質之性。淨與未淨之分耳。吾引孟子乍見孺子。惻隱之端發動。此是性陽生。若混混沌沌中。一觸而動。此是命陽生。必如今日所示。乃是性命合一之旨。何也。以其虛而靈也。當

其寂然不動之中。而虛靈之性常在。何以見之。以其未開之前。了炤此中。一無所有。而實有清明廣大之機。此所以養虛靈於未動之先也。及其感而遂通。誰爲爲之。孰令聽之。在己亦不知也。此虛靈亦常存也。要有此番涵養操持。性命始得合一。且凝神卽性。調息卽命。有動有覺。爲命爲氣。而無動無覺。卽性卽神。此个玄關不在動靜。而在動靜之間。方是真正玄關。隨時皆有。特患人不細心討探耳。諸子諸子。着意。着意於此。切勿忽略焉。

煉丹瑣事。自古聖賢。千經萬典。說不盡金丹妙蘊。而其的真宗。祇須一言可盡。昔人云。玄關竅。可以了結千經萬典之義。天以天地未開之前。一元真氣。宰於一理之中。古人無可名。而名之曰無極。然而宇宙間。生生化化。有形無形。有聲無聲之物類。無不包括於其中。又名之曰太極。此實爲天下萬事萬物之大根本。大樞紐也。所以動而生物。則爲陽。靜而歸根。則爲陰。一陰一陽。一動一靜之間。爲天地人之最玄最妙者也。修道人欲修大道。煉金丹。又豈可離此無極太極之理。陰陽動靜之氣。而能有成耶。學者必識得此理。此氣。返之於身心日用之間。而後有道可修。有丹可煉也。呂祖云。未採藥立

匡廓交合之時用橐籥二語。實爲金丹之本。蓋藥物未生。此時須如天地未分。鴻濛未判之初。渾渾淪淪。混沌沌。無可見爲陰。又無可名爲陽。此殆無極之極。不神之神者也。我於此。爲將此心安放在虛無窟子。若有知。若無知。若有想。若無想。孔子云。君子坦蕩蕩者。其殆是歟。此時雖無陰陽理氣。然此理此氣。爲陰爲陽。皆蘊蓄於其內。及乎一感而動。則陽生矣。迨至動極而靜。陰又從此生焉。此陰陽之大端。有如此者。學道人果能於鴻濛濛濛。杳無朕兆之時。似有似無。如痴如醉。寂寂無踪之內。有惺惺不昧之情。此卽無極。而太極理氣。渾合爲一之際也。此立關也。至忽焉有知有覺。此立關開時。卽如天地初闢一般。天地闢。而萬物叢生。人身開。而毛竅畢露。此一覺也。誠爲萬劫之主宰。生識得此旨。金丹之道過半矣。

夫人爲學。欲成千古人品。須具一付大肚腸。然後志氣清明。神魂爽快自足。以配天地而立極。與古今而共遙也。不然以區區斗筭之量。而欲上出雲霄。共樂彌羅之殿。莫道上帝不許。即使容之。而以一片私情。上對至尊。其自顧當亦赧然有靦面目。而不能片刻安也。又況上界天府。無界有界。無府有府。猶生等之見性明心。立命了道。適於一無

所有中立脚。又豈容鄙陋之姿。穢濁之腸。一腔俗慮者。所得而參耶。蓋以清空一氣。原要斯人之清空一氣。方能昭合。若投以昏濁。是猶冰炭之不相入也。吾見生們。既已知性知命。實實於無象中有象。無形中有形。如此方見真精。真氣。真神。且卽此而混合爲一。並不知有真精。真氣。真神。誠哉巍巍不動。立清淨之元基。蕩蕩無痕。爲仙人之妙境。爾等已尋得真際而入矣。然猶是見道之影。而未能實實行到其間也。吾示生們。從此見道之後。務要將所得所見之神氣。與太空而俱融。常常以此自甘。以此自樂。渾不知天地間。富貴榮華。兒女妻妾。更有大於此。勝於此之快暢者。而惟戀其真。不慕其假。立其大。不務其小。位置不妨自高。志氣不妨自壯。曰。彼何人也。我何人也。我焉肯爲彼所困哉。大丈夫。四海爲家。萬年爲業。一時浮榮事物。因緣子女。無非是一場春夢。轉眼成空。卽吾人血肉之軀。不過臭囊朽皮。生而寄之於此。死仍還諸太虛。縱受盡磋磨。寸寸割裂。亦不關我真身上事。如此眼界。如此胸襟。始不愧天地生我。聖賢教我。父母養我。到得功完道備。自然永証清虛。題名仙塔。方是大丈夫功成之候。生等如今用工。總要淡一切塵情。空一切俗慮。打起精神。整頓志氣。以天地第一等心爲心。以古今第一人

爲人。此性命方算雙融。倘明道而不能造道。還是半邊學問。算不得將性立命。知之否。生本有根之土。心性純良。可以入道。無奈牽纏太甚。一時殊難撒手。然古人玉液之時。還要大隱市廛。是知天下事不累人。人自累耳。凡人一生衣食。與妻室兒女。未必教人廢棄。廢棄卽滅紀壞倫矣。如此道何有歟。然其中有義在。不可外義以求也。古人於義所當取者。取之。雖千金萬兩不爲貪。於義所不當取者。取之。卽一絲半粟。亦爲過其戒。欺求。慊爲何如哉。他如窮通得喪。原主其權於天。不可越分而求。如逆天命而求得來。則奸詐之徒。皆身家富足。無稍欠缺矣。願何以不求而不得。愈求而愈不得者。多也。子夏曰。死生有命。富貴在天。古人之言。洵不誣矣。是何如安分守命。順時聽天之爲得乎。又况天薄我以福。吾厚吾以仁生之。如此之求。天亦聽其人之自修自造。而假其權於人也。故曰。病能養性。魔無術。貧到忘愁。鬼失權。君子所以有拗命之學也。彼庸夫俗子。謂學道必遭魔折。受窮苦。試思道爲大道。天地人公共之善也。爲善反不得好。未必爲惡。反得福乎。且天之愛有道者。不啻慈母之保赤子。一見其人好道。此心卽契天心。猶兒子合父母之心意。父母寧有不保之愛之耶。雖百般至寶。亦必留以與之矣。切勿疑。

時人之言。而自阻行程可也。就說孔子阨陳蔡。文王囚羑里。下至韓公。朱子。个个皆遭魔折。然後成一聖賢。噫。此亦偶然氣數之逢。不可拘以爲常也。但天神考較人材。亦有以魔苦定其德性志向。以分別賢否智愚。此亦恒有之事。然而諸子已歷試諸艱。皆無退志。諒必爲出類拔萃之人。生呀生。曩者屢遭魔折。尙能不二其操。今將告厥成功。切勿區區於身家小願是務。而不直上菩提也。書曰。靡不有初。鮮克有終。吾爲生戒之。爾生其亦自戒焉否耶。

昨日秋雨淋漓。不啻春風潤物。顧何以春夏之交。不見如此膏澤。而乃於秋深之際。始行夏令。猛似翻盆哉。夫以今世人心。大都敗常亂俗。天地因之而變節。幸於反常之中。尙有正氣森森。上沖霄漢。故其感孚之妙。如此神速也。是豈人世忠孝節義。區區一德之能者。所得而格耶。良以世人學習大道。身心泰然。一股清靈淑氣。上蟠下際。彌綸宇宙。故於肅殺橫衝之候。而有一段祥和元氣。克享天心如此也。總之天何心哉。不過一元之氣爲之旋運。人若無清靈之氣。則天地元和。盡爲所蔽。有如冬日陰霾。推之不去。炤之難開。茲遇一堂仙材。清氣上昇。適與天心相合。感通之神。遂有如是之速也。一人

元良萬國以貞。生等當了然矣。看來人心一正。天心卽正。人氣一和。天氣卽和。不必人人而有之也。只要於亂離難堪之日。有一個正人君子。渾然與道爲一。卽與天合德。在一邑。卽能沖開一邑烟霧。在一鄉。卽能沖開一鄉濁垢。非虛語也。試觀污穢之中。臭不堪聞。若以清淨上品之香薰之。而臭氣自消散矣。又如大暗大黑中。忽有一盞長明燈。當空了炤。而黑暗自放光明。無微之不炤矣。故曰。一人之心。卽千萬人之心。一人之氣。卽千萬人之氣。有如斯也。生等只管自修。至於通天達地。其機之速。而神感而應。實有如此者。吾故常言修真之子。爲天地第一人物。上參造化。下澤人民。何等功業。卽使泉石自安。亦有如此旋乾轉坤手段。宜乎一登仙舫。永受無窮之明禪也。君子落得爲君子。小人枉自爲小人。誠不虛矣。門外漢見不及此。切勿爲外人言也。夫煉丹之道。還須以靈光爲之覺炤。以沖和爲之運用。纔是一片純陽。至清至潔。不雜半點陰濁之品。雖曰。命工有作有爲。其實有作爲中。仍當聽其自然之度。些些出以私意。則後天陰識夾入其間。陰識一起。天寶卽閉。不說大丹不成。且於大道精微。雖明明近在目前。了無奇異。亦見之而不知。知之而不明也。夫以陰濁不消。而慧性難長。故如是其昏憤也。生等

務於下手時。未得真諦。不妨出以猛力。苟得真實地位。急須拿定此境。下榻時。無論有事無事。亦要常常細玩。久久操持。熟極自巧生矣。至於子進火。午退符者。是坎離交媾於曲江之下。聚火載之而上升於乾。乾卽鼎。鼎卽首也。乾坤交媾於泥丸之地。聚火凝之。而下降於坤。坤卽爐。爐卽腹也。是聚火之法。爲修丹要旨。昔人云。下不閉。則火不聚。而金不升。金卽氣。氣卽藥也。上不閉。則火不凝。而丹不結。丹卽外之陽氣。以合人身之陰精。兩相交合爲丹。猶夫婦交會精血。結爲子也。總之得藥結丹。火爲要矣。火卽神。神卽我。修道之主帥也。下閉卽凝神下田。上閉卽凝神上田。世之修士。多有知下田凝神之法。而泥丸一所。能知凝神片晌者少矣。蓋此時金氣雖升泥丸。要知此氣從至陰濁穢之中煨出。雖名眞陽。其實夾雜慾火者多。既上泥丸。無非神火猛烹。追逐之力。爲之上騰其中。渣滓尙未能淘汰得淨。煨煉得清。於此不凝神一刻。則陽氣不眞。安得收歸爐內而成丹。故曰。都來片晌工夫。輕清者。上升於天。重濁者。下降於地。故經一番洗刷。然後收歸鼎爐。加以神火溫養。自然緝熙光明。猶太陽之洗刷於海中。然後旭日瞳矓。越見光華可愛。清淨無塵耳。此理同也。他如卯酉周天。卽東木西金。平時兩相間隔。不



能大暢所懷。惟卯酉爲生殺之門。卯酉正令一行。而陰自消。陽自純。金木合而爲一。卽性情合而爲一也。何以卯酉爲生殺哉。以喻卯酉沐浴之時。洗心滌慮。息氣存神。庶幾陰私盡消。陽氣長凝。卽去欲存誠。以比生殺也。生等行工。不但身有煩熱。當停符退火。行卯門酉門之沐浴。卽行之已久。而得玄關妙竅。猶天地開闢其間。生齒日繁。世道人心。不無變遷。故當頓除思慮。以溫養之。故曰。忘機絕慮。爲生殺是。是卽長保玄關。而使之常與天合。不雜以人。所以每行進火。數至百遍。卽當停火。職此故也。古云。一年沐浴防危險。是言子午卯酉之工俱當防危險。不可大意也。夫以金丹卽真陽。無雜之物而成者也。稍夾雜外物。卽如刀斧之鐵。夾有灰滓。卽不中用。何況丹道。第一要收得純清藥物。始無傾丹倒鼎之患焉。

昔人云。玄關竅開。卽如夢如迷。如痴如醉。此時渾諸於穆。還於太空。故有如此之無知無覺者。然非全無知覺也。不過一神爲主。入於渾忘之天。其間一盞長明燈。猶昭然而不昧也。及乎一覺而動。不由感附。忽焉從無知而有知。自無覺而有覺。此卽無中生有。鴻濛一判。太極開基。從此陰降陽升。而人物之生於此始。學者悟得此旨。於混沌時。一

切渾化。於開闢時。以入化之元神。發爲一點真意主宰。此升降往來陰陽闔闢之機。自然身心內外。一如天地之清升於上。濁降於下。而天清地寧。人物生育無疆焉。修士至此。務要振頓精神。提撕喚醒。其氣機之動也。主宰其動。不使有過焉。其氣機之靜也。主宰其靜。不使有不及焉。且升之降之。在初學不能自升自降。我以真意順而導之。逆而修之。斯合天地之造化。而爲人身之主宰。庶乎其有據矣。要之氣機靜時。了無一物在胸。但覺一靈炯炯。洞炤無遺。而又非出以有心也。故曰。混沌混沌中。而知覺常存。不過主宰不動而已矣。既混沌中。而有知覺之心。又要明得神氣打成一片。如痴如醉一般。若明覺一起。先天元氣。卽爲後天陰識所遮。又隱而不見矣。太上云。恍恍惚惚。其中有物。是可見恍惚而得之。卽當恍惚而待之。如酒醉之人一樣。方不將神氣打成兩截。神氣既已混合如此。運動河車上下往來。庶無處不是太和元氣。有此一點元氣。卽是真陽。真陽者何。卽神依氣而凝。氣戀神而住。兩兩不分者也。若行工時。不知深入混沌。恍惚裏相逢。杳冥中有變。而惟喜清淨光明之致。則神氣不交。中無元黃至寶。又焉有確確可憑。而深自信者哉。故曰。先天氣。後天氣。得之者。常似醉。若先天後天不併爲一。卽

水火不交。金木不並。安有四象會中宮。而結爲完完全全之真身耶。生等務從混沌時。會萃五行。和合四象。以後依此爲符。常存混沌之機。但有了炤之神足矣。此爲河車築基之要法。苟未至河車大動。不妨以此存守規中。久之而真氣自生矣。吾前云。抽添者。卽升降往來之用也。若無此抽取真鉛。以添陰汞之法。則陰氣不除。陽氣何長。學者河車已動。必須行子午逐日抽添無閒之工。無躁進之性。絲絲密密。不貳不息。久之鉛將盡。汞亦乾。化成一粒靈丹。故曰。兩物搶來共一爐。一泓神水結真蘇是也。他如龍虎之說。尤有道焉。龍行則雨降。虎嘯則風生。果是初弦龍氣之升降。必化神水降於中宮。果是初弦虎氣之升降。必有真息往還於上下。此所以真陽一動。而呼吸起矣。而神水亦生矣。如非真陽。抑或閒於陰濁之私。必不能風生雨降。如此其快遂焉。生等知此。庶可保正氣常存焉。至若河車未動。不妨以守中爲主。養育胎息爲是。這個胎息。非易事也。卽元始虛懸一氣。落在人身。卽胎息也。夫人自父母媾精之初。斯時一點精血相凝。而其間細細活動。似有似無者。卽胎息也。卽天地靈陽之氣也。由此胎息。而後胎成有象。初生鼻孔。呼吸之氣生焉。夫自胎息而生。凡息者。人道之順行也。仙家逆煉。必從凡息。

而復還胎息。以此胎息。變煉形骸濁垢。又將元精合一。於以日充月盛。而成能有能無。能升能降之身者。由此胎息。不順行而逆修。不煉凡氣。而煉真氣。所以形神俱妙。與道合真也。生等務要煉出胎息。色身方有主宰。且有變化之妙。夫此胎息。非徒凝氣調息之謂也。此息是父母未生前。一點太極。既生後一點元陽。性依此氣以爲主。命得此氣而不壞。在天爲天樞。在地爲地軸。在人爲北斗。天地必有樞軸。而後可以長存。人身有此北斗。而後可以長生。此氣誠元氣也。所謂真陽一氣之動。卽此胎息所積累也。生等第一要積胎息。不但却病延年。卽仙體亦於此固結焉。夫以丹。卽胎息之所凝也。神仙卽胎息之所成也。胎息之在人身。最關緊要者也。生等切勿小視焉。第二行工。要在於元神。元神者何。卽吾身心中之主宰也。天地未生我時。此神在於虛空。只一氣渾然而已。然在天爲命。命卽氣也。在人爲性。性卽神也。人欲煉神。離不得此元氣。夫以氣之精爽者。爲我之元神。氣之重濁者。爲我之形體。欲得元神長住。日見精純。至於六通具足。必須採清空元氣。斂之於身心之內。久久烹煉。穢濁之體。變換純陽之軀。此氣是何如之靈哉。故曰靈陽是也。然欲採外來靈氣。務先空其心。絕無翳障。而後天地元氣得以

入之。且人之胎息。與此元氣合一。胎息究在人身。是有形之氣。非至靈之神。不比先天未兆。氣卽神。神卽氣也。又須知人之神在於兩目之光。此光超日月。出三界。逃却生死輪迴。故人受胎之初。先生兩目。其死也。亦先化兩目。故眼光落面。萬古長夜。學者欲煉元神。離不得先煉兩目。煉目之法。不外垂簾以養神而已。調息以養氣而已。生們河車未動。不妨用此二者之功可也。

守中一步。雖屬入道之初基。其實徹始徹終。皆離不得這守中二字。始也以有形之中。用有爲之守。所謂靜中看喜怒哀樂未發之中。作何氣象。是終則以無形之中。用無爲之守。所謂凝神於虛無一竅。實無虛無竅。與太虛同體者是。吾向傳功。祇將守中一步功夫教之。從色身修煉。及至外陽勃舉。然後用採取烹煉。升降進退。歸爐封固之功。不曾與生們訣破煉氣一層者。非秘而不宣也。蓋以人生天地。食五味。需百物。聲色貨利之私。日夜營擾。夢魂宛轉。不經神火煅煉。化濁爲清。則色身所有。盡是渣質。有形之精氣。驟而示之煉氣。所煉之氣。一概凡氣。有何益哉。且未到淘汰之時。精氣盡是私妄。採之不惟無益於身心。且有煉傷乎性命。此吾所以不敢遽言煉氣也。古云。煉己未純。不

敢得藥。築基未得。不敢還丹。古仙所示功夫。俱是一步一步。慢慢的傳授。躡等凌節。未有不以僞作真。認賊作子者焉。生們已久於採煉外陽。實將色身濁穢滓質。十分中已淘洗幾分。吾今再示一步功法。其實煉氣之法。卽寓於守中無火無候之中。到今凡氣略盡。真氣初生。始有藥物可採可煉。不過以從前無火無候之守法。自家慢慢的體認。有火。有藥。有時。有候。毫無差池。皆是自然爲升降進退者。順其勢而利導之耳。非別有煉氣之法。要不過守中之候。至此氣機已旺。見得氣動氣靜。實有如此往還。與春夏秋冬。盈虛消長之機。實無差別。故古人云。一刻之功夫。卽奪一年之造化者也。生等聞此訣後。還要知此中真消息。方不錯過機會。昔人取一月圓缺晦朔之義。實有可憑。故曰。有人問我修行路。遙指天邊月一輪。若月無光。借日之光爲光。自前月廿八日。坤到東北喪朋之會。至初三合爲五日。五日爲一候。此一候卽溫養元神。純返於無。無之至極。而後有生焉。三日所以月出庚方。其卦爲震。震卦一陽。伏於五陰之下。故謂之一陽來復也。此陽初生。其氣最柔最嫩。有如一彎新月。隱隱耀耀現於天上者。是若無前五日溫養。卽有陽生。亦是凡夫俗子。夾雜邪私之氣。概不可以入藥。故一陽初兆。先必有一

段溫養之工。此大致也。由是思之。若無守中煉精一層工法。所生之氣。皆屬凡氣。與庸夫之精之氣無異。豈有未經淘汰之物。可以成丹者乎。無是理也。及至初八之夕。爲二陽生。二陽象兌。兌卦二陽伏於二陰之下。其時藥氣成質。實如天上之月半輪。滾滾照耀無邊。一身之氣。自與前一陽大不相同。悟真云。月纔天際半輪明。早有龍吟虎嘯聲。生們思之。此際月到中天。其光晃晃。其神躍躍。不有如龍吟虎嘯。夫倡婦隨。情誼欵洽。於無極者乎。至十五月光正圓。有如乾卦。乾卦三陽開泰。純是陽氣。絕無一點陰滓。其在人身。精神晃發。一身抽搐。實有不可思議之狀。昔人謂水火相交。金木合併。龍虎會於中庭。嬰姪諧於祖竅。實有不知神之爲氣。氣之爲神。神氣打成一片。和合而不可解者。此古所謂溶溶如冰泮。浩浩似潮生。這邊吐出真鉛。喻爲虎向水中生。那邊現出一點真汞。喻爲龍從火裏出。鉛卽凡鉛。汞卽水銀。水銀非得凡鉛。不能凝聚。勢必流行不止。喻人心之靈。非有真水以制伏之。則心不能定靜。如人得虛症。血水太枯。心神易動。此可知煉神必先煉氣。煉氣必先煉精也。不愈明乎。到此時。身如壁立。意若寒灰。但覺氣機來往不停。由下而上。復由上而下。自然五臟六腑。一身四體。無處不到。無竅不開。如

飯中氣蓬蓬勃勃而不可遏。此卽如四月夏陽萬物盈盛之時。而天地不許陽氣太發。卽有一陰生於六陽之中。學人到此景象。卽忙踏住火雲。收回蓬勃之氣。復靜養於立一竅之中。三丰真人所謂。若還到此休驚怕。穩把元神守洞門。守洞門。如貓捕鼠兔。逢鷹。如此守候久久。自然漸收漸凝。復還於虛無之鄉。其月之十六爲巽辛。一陰伏於二陽之中。到廿四爲下弦。爲艮。艮卦二陰伏於一陽之下。至二十八爲坤。乙納西方。坤卦純陰。在人身中。神歸氣伏。復還於太虛之天是也。此爲一周天工夫。學者由一陽二陽。而至三陽。則升之已極。復還而至於一陰。二陰。以及三陰。仍還於虛靜之地方。是一年氣候。了一次工夫。否則生者不生。死者不死。升者不升。降者不降。半上半下之學。何年纔得成丹。生們此時。正宜用此煉氣工夫。然煉精煉氣。雖分兩候。其實並行不悖。不是判然二候也。如此煉精。則精愈明。煉氣。則氣彌淨。所謂水淨沙明。真金自現。還有傾丹倒鼎之事與。夫淫根不斷。慾念不除。安心常起。雜念時生。者未之有也。此卽抽鉛制汞。以神馭氣。如魚得水。悠然而逝。若無此清淨神水。抽取配合。烹煉溫養。未有不情欲生。而雜念多者焉。此千真萬聖。從源頭上制伏情欲神思之一法。無奈世之學者。昧昧



而不知也。且有不肯用功於積精累氣。而徒求之於制欲制情。無怪乎少年而學。皓首  
猶然不斷情絲也。生們寶之貴之。一息毋忘吾訓可也。至於此氣長時。還有多少景象。  
吾今略示其機。臨時免得驚恐。古云。得了手。閉了口。煉氣煉得極好。歸爐封固之時。雖  
無物事在中。却有道味無窮。一若吾心中安樂之境。實有資深逢原者在。任他以外。可  
欣可羨。可榮可貴。皆不如我心中這點真趣。凡事懶於應酬。毫不料理。如愚蠢人一般。  
此卽收藏之深。得真消息之會。若有一毫馳逐外慕。自家工夫還有未盡者也。及至真  
氣充充。猶有多般景象。古人謂虛室生白。自腹至眉端。一路白光見發。久之眼有金光。  
耳有琴韻。腦後若鸞鳥之鳴。丹田似熱湯之沸。生們遇此景象。未免生驚怖心。吾預爲  
道破。庶無疑貳。且到此境地。更宜澄神汰慮。或禮斗。或步罡。上求天神之佑。以行七日  
過關之工。總之真景到時。此心安然。纔爲實據。切不可生一喜心。起一怖心。聽其自消  
自息。庶不爲魔鬼所騷擾也。

人生在世。除却性命以外。皆是幻景。莫說得喪窮通。有命所在。非可求之而得。即使求  
得來。亦是幻化之物。焉能與我共生死而一致。何如性命二字。爲我生生之本。可以保

固形骸。覆護英靈。極之千萬年而不變。無奈世人昏迷。甘自沉淪於愛河慾海之中。而不知修性煉命。以保其天真。良可慨矣。吾師爲世人悲。更爲爾生慮也。爾等既入吾門。願學吾道。第一要看破這個迷團。打穿這個孽網。方不爲他所牽纏。莫說思慮營營。事爲擾擾。不能成丹。即使斬得他斷。祛得他去。而一心在欲。一心在理。究屬拖泥帶水中。未能乾乾淨淨。幸而有成。亦妖狐野怪之類。不足論也。生等已明此旨。諒亦消遣得去。以吾觀之。靜處似可無事。而當物交客感之會。又未免塵情交累。卽如某生。爾子將家屋搞壞。此是爾之孽緣。如此正是消爾孽。降爾福。何爲以此隱憂。竟成心腹之病。不知逆來順受。是卽非載道之器。成道之資矣。由是推之。舉凡人世毀謗之來。在人視之爲禍患災殃。而在修道者受之。正是消前孽。而招後福。人方戚戚而憂者。吾正欣欣而喜也。只緣爾後起修士。認理不明。見道不真。不免與紅塵而俱滾焉。吾師今日所言。是生等貼身之病。總要自家握算。我是學何等事。爲何等人。竟與世人同榮枯。共名利。又何以爲超凡入聖之作用哉。總之學道人。日用飲食。與人無異。祇是於人所爭趨者。視之淡然。於人所輕棄者。不勝珍重。外面同乎流俗。存心異於凡人。老子所謂和光混世者。

此也。吾願生們效之。他如富貴功名。概屬身外事物。毫不關我性分一絲半蒂。何苦重外而輕內哉。况修性煉命之學。無非竊天地之造化。以爲丹道。在目前求之。卽得。非若今世學人。尋深山。覓財主。而遠以求之者也。

生爲此館開端之人。須知天地間。萬事萬物。無一不有命在。人能聽天安命。享了多少自在逍遙之樂。不然。先事而防之。當事而憂之。既事而憶之。此心憧憧擾擾。無有寧日。難道如此縈戀。維天之命。遂可轉移耶。還不是以有用之精神。置之無用之地耳。到不如聽乎天命。順乎自然。日夜惟將此心收斂。在虛無窟子中。到頭來。還有無窮受用。若此百般顧慮。豈不枉費心機。了無一得。吾見世人。大抵皆然。吾願爾生。打破此個關頭。不爲紅塵污染。事業牽纏。不亭亭乎一出世之大丈夫哉。否則難與入道矣。學道人。天人分界。正在於此。此而置念。則爲凡夫。凡夫焉得成道。於此而放心。是爲至人。至人自能上昇。嗚呼。一念之敬肆。一事之憶放。卽可見聖學之大。聖道之高。生等從吾已久。此理諒亦明白。但不知能如此丟得開。看得空否。總之學道人。無處不是學問。若能在在處處。提撕喚醒。不作無益之事。不存無益之思。惟以吾長久得享受者。爲準。那一切是

非禍福窮通得喪漠然不關於心。斯誠有道高人。神仙真種。吾今所示教生。隨時隨處以吾身心要緊。事業可大可久者。念念不置。卽處處有益無損矣。不然。明說天理人情。其實人情不得。天理無存。枉將有爲歲月辜負。豈不可惜。卽云喜怒哀樂。人所不無。聖人亦人情中人。豈無此等事故。但聖人處中得正。前後除斷。當其喜怒哀樂之臨。臨則應之。及事過境遷。淡然忘之矣。且亦如浮雲之過太虛。古人謂之應迹不應心。是吾願生等。各求有益於身心。爲千萬年不朽之人。勿留心於些小之病可也。人生天地萬事萬物。莫不有因緣在焉。惟當順其自然可也。否則不盡己之心。存己之性。而徒以有用於己。有益於身之事。憧憧擾擾。日夜向外馳逐。如此日復一日。年復一年。自家染成冤病。一旦不起。又誰爲之憂哉。豈不是天下本無事。庸人自擾之也耶。爾生有志大道。已算大丈夫。從此須行大丈夫之行。心大丈夫之心。亭亭物表。皎皎霞外。纔算是真爲己。真修道者。且纔是善於保身安命。爲兒爲孫者。否則一事之來。你也憂。我也愁。愁來愁去。吾不知何所底止焉。生須放開懷抱。作個閒淨道人。那以外之事。一概天命所在。我祇盡人道以聽天。落得無邊受用。無限逍遙。豈不美哉。生須聽吾之言。病者

自愈。爾夫婦亦不致病。豈不大家安泰。切勿心疼太甚。反令兒女又疼爾甚可也。總之人要愛人。不如自愛。若一心爲兒女憂。一旦自罹於疾。爲之奈何。豈不是不知自愛者耶。況天下事務。皆是幻假。不可爲我所有。惟大道一事。實爲我千萬年之根本。不可輕忽者也。試觀古今來。富貴榮華不少。到此還有存焉者乎。卽人生一家骨肉。無非風雲偶聚。春夢一場。所以吾師不貴也。何如求我真常。置之方寸。不良善乎。至於精氣一聚。神劍成形。鋒芒犀利。自然認得玄關。探得真陽。四正功行。一真返本。然後活潑潑。一位真人出現。方知有道之妙。比人間一切。高出萬萬倍也。生須大開眼孔。放寬胆量。那以外之事。縱說要緊。亦不過轉眼間事。有何足戀。有何足愁。惟此大道得之。則可千萬年而不朽。失之卽眼前咫尺。皆是火坑。生須務其大者遠者。自家爲个君子。落得千萬年享受。豈非美事乎。又非要五十年。一百年之功也。就在眼前三兩年之間。卽可得此大享受。生何不爲其大者遠者。而甘爲小者近者。以自苦焉。是不智也。他如玄關之動。有真有幻。只在一念之間。敬肆之分而已。於此一動之際。須忙中着个緩性。熱裏着个冷眼。閒閒淡淡。有心無心。如此求玄。隨在皆真。若稍有一念不淨。則落後天不可用矣。生

須勉之。

時將解館。先生升座。諸子侍位。一一驗功畢。浩然嘆曰。百歲光陰。能有幾何。夏禹所以惜寸陰。陶侃所以惜分陰者。正以流光易逝。迅速而不可留也。生們已經半世有餘。試回頭一想。又寧有幾時哉。况後此年華。更不啻西山之日。朝陽之露。最易沒而易散者也。吾爲生們慮之。不知生們亦曾惕惕乎危懼焉否。而且人生斯世。不曾修煉得色。身上精氣神充滿具足。其間風寒濕熱之淫氣。難保不入其身。歲星凶暴之惡曜。不能不侵其體。人到晚年時節。所以疾病時多。安康時少也。生們思之。危乎不危。若使不聞正法。不遇奇緣。斯亦無如何耳。爾等已聞正法。俱透徹根源。了無疑意。何至今日猶不整頓精神。無論行止坐臥。時時加一了炤之心。使此心不稍走作耶。此個了炤大屬難事。吾亦不怪。然俯首卽是。不假於人。不須用力。又何憚而不常常提撕喚醒也。吾今再三告戒生們。各宜勉旃。如忽焉一病。欲坐不能。欲臥不得。如某生其人。可借觀矣。生們果能於平安之日。作一疾病時想。自不肯輕易放過。

師言至此。不禁淚落。衆請其故。

先生曰。曩者新開道德之場。日授精微之蘊。原欲及門諸子。悉由粗入細。自淺企深。直達天人之奧。解脫生死之門。豈非吾所甚樂。無如大道玄微。仙階甚遠。非有根基者。不能直下承擔。非有功德者。不能了然醒悟。所以古今來。迷之者多。悟之者少也。卽有機緣湊合。偶爾遭逢。亦似乎力果心精。知真行摯。而究之執德不宏。信道不篤。不免魔障爲累。退縮不前。初勤而繼怠。始合而終離也。吾師教爾等有年。爾等從吾師有日。今夜將此因緣道破。爾等須急力造成。切勿再迷再誤。墮落於萬丈火坑中。而無有出頭之期可也。夫大道倡明。原關天地運會。非可常常遭逢。故如來降生。自謂吾以大事因緣下界。試思天地間。除卻大道一事。孰有大於此者乎。願爾弟子。開大智慧。具大力量。發大慈悲。行大方便。一以肩担大道爲務。不但酒色財氣。與一切富貴功名。一毫染着不得。卽功滿人間。德周沙界。亦須一空所有。蓋本來物事。修而煉之。可以了生死。脫樊籠。若聰明才智。與百工技藝。極奇盡變。皆是身外之物。當不得生死。抵不倒輪迴。不惟於我無干。且心繫於此。神牽於此。適爲我害道種子。生們不可不知也。東方發白。吾將起程。有詩數首。生其敬聽。

一餅一鉢作生涯。踏破乾坤不爲家。玉笛吹開千里月。瑤笙度去萬重霞。八卦爐中燒大藥。九層臺上煉丹砂。何人了徹神仙訣。准與清風送日華。

八卦爐中火燄飛。神仙隱隱煉玄微。黃芽徧地羣生育。白雪漫空萬物歸。直向虛無尋密諦。端從元始辨真機。空明洞達渾忘我。落點根源識者希。

子規日夜費婆娑。不轉年華可奈何。春去秋來如逝水。母將歲月自蹉跎。

低頭卽見哲人心。水月鏡花不易尋。當下掃除方寸地。空中色象自長臨。

先生吟詩畢。忽有弟子跪而請曰。弟子侍教有年。稍知大義。奈天下蒼生。昏昏罔罔。長迷不悟。祈師一並普度。

先生曰。人生壞事。莫如財色。交朋接友。更要選擇。吾今道破。各宜體貼。竊窺原屬好迷。色又何可偏廢。乃自有好色狂徒。貪花浪子。朝夕流連慾海。不數年而精枯氣弱。力倦神疲。抱病在牀。呻吟萬狀。迴想當年迷戀花柳。自詡此生風流。那知粉面油頭。纔是殺人利刃。至今奄奄殘喘。求生不得。欲死不能。父母見之而心傷。妻子觀此而泣下。那時纔悔。亦云晚矣。可見天下快心之處。卽疚心之處。得意之端。卽失意之端。凡事皆然。豈



獨色慾已裁。縱不至病。而他人婦女。被爾勾引。入爾迷魂。上而爹媽含羞。下而子孫結怨。殺人三世。罪惡彌天。還有眼前活報。妻女酬償。兒孫滅絕。生前之報應難逃。死後之冥刑不貸。其慘有不可勝言者。諸子諸子。蒼生蒼生。難學柳下惠之坐懷不亂。寧爲魯仲連之閉戶不容可也。貧富主之在天。得失原來有命。各宜安分守己。聽諸自然。不但非分之財。不可倖邀。卽屬應得之貨。亦從寬取。如此人情胥洽。到處皆安。又况刻薄。必生敗子。吝嗇。應產驕男。一旦魄散魂飛。何曾帶去半點。吾見前人創業。後嗣敗家。不幾年而片瓦無存。子孫落莫。還做出許多醜事來。言念及此。與其貪財而失德。何如散財而積福乎。縱說家不甚大。祇要父父子子。夫夫婦婦。一團和睦。雖困苦亦有餘歡。較之饒裕。而聲牆相鬪者。不誠高出萬萬倍耶。論上天之財。原看斯人之善惡。如人善而受貧。實以償前生之孽。孽盡則福來。若人惡而得富。聊以報前世之功。功亡則殃至。如此看破。富有何加。貧又何損。自有無形之良貴。不假外求者。試觀當日。孔顏窮苦。亦所不免。然而廟貌巍峨。子孫顯達。至今昭著。人寰者不少。自此一想。志氣自大。胆量自雄。區區財物。何足爲吾身累哉。至若交遊一事。最宜小心。古有因友善而成德。亦有因友惡

而敗名者。人生事功德業。學問文章。全賴友朋爲之羽翼。若汎愛衆人。廣交天下。不別妍媸。概稱莫逆。吾知習俗移人。賢者不免。而況未必賢乎。其在上等之人。寬厚和平。大有包容度量。無論宵小匪人。概叨恩字下。就使賦性殘忍。亦默化而潛消。如魏延之遇孔明是也。下此德不足以服人。才不足以御衆。寧學伯夷清高。毋效柳下謙和。以免他時受害。如黨人之禁。清流之禍。皆緣不擇交所致也。由此想來。直到後來。識悔不如當前。慎交。孔子云。友必如己。子夏曰。不可者拒。其信然歟。不然。日與小人相徵逐。非特正人見之不雅。卽自顧亦覺懷慚焉。

師言至此。有一老生近前稟曰。自今一別。不知相會何時。但恐弟子等舊疾復作。爲之奈何。祈師再度金針。

先生不禁爲之歌曰。吾不願生長惺惺。吾但願生長昏昏。歸命蓮台上。洗心玉井傍。似睡而未睡。如醒又未醒。保守玄關竅。大開解脫門。如痴又如醉。無見亦無聞。如此養生。自然長生。大道豈有奇異。祇在遏欲以存誠。此卽丹道。此卽神仙修煉之根。爾生爾生。聽我訣言。打破迷津。切莫爲身家謀衣食。朝也耽心。暮也耽心。估起眼睛。一夜想到天。

明如此耗散元神。不怕你勤脩苦煉。不過霎時刻又散傾。試觀世上學道人。大半多是愚蠢漢。不會打算。不會思存。祇有昏而又昏。渾不知有富貴。不知有功名。吾愛生性蠢笨。差堪與曾子柴氏共比倫。真是入道種子。何不聽天安命。素乎富貴貧賤。患難與死生。無時不自在。無事不尊榮。此個樂常在。大道卽此成。爾生爾生。急急修積。養成羽翼。自然身輕足健。飛騰上玉京。那時節。纔知吾道不害人。纔知你今不虛生。叮嚀分復叮嚀。好好脩養。保爾靈明。好好脩養。保爾靈明。

言已作別。弟子依依不舍。送十餘里許。見一古廟。師曰。此間暫駐。吾有要言。剛入門。首見左廂內。有無數老叟在此飲酒。師徒卽於右廂坐定。將全功一敘。

先生曰。吾示煉鑛成金。始從凡身中。煉出一點清氣來。猶鑛中。用紅爐火。煨出真金一樣。繼而再煨再煉。以烹以鎔。直至爐火純青。鑛盡金純。方成靈劍。始變黍珠。然猶未盡其妙也。必於百尺竿頭。再進一步。直到鉛盡汞乾。珠靈丹熟。乃成一龍虎上丹。然而道人不可就此止步也。若以爲得意。止而不前。祇成得一位散仙。不會成得歷億千萬浩劫。經千萬盤古而不壞之金仙。猶有生滅輪迴。未到極頂。惟有將所得之靈通。一齊貶

向無生國裏。由是收斂神光。銷歸祖竅。一切不染。寂滅久之。神光滿穴。陽燄騰空。內竅外竅。竅竅光明。如百千燈照耀一室。而人與物。莫不照耀於神光之中矣。但猶未能塞天地。而貫古今。以極無邊世界。復晦迹斂神。韜光養靜。則神光自化爲舍利。包羅天地。炤徹古今。與三千大千界。無不光光相映。復從三千大千界。放無量毫光。直貫注於極樂世界。與諸賢聖。如來相會。始盡神仙分量。雖然自太上而下。少有脩道造至此者。吾有感於諸子。與天下後世之學士。將來有成大覺金仙。因將大道之無窮者。略爲之記。無非欲爾諸子不拘一隅。不限一所。以爲修務。擴寬大量。存立遠心。庶幾可與太上並駕焉。

言畢。突有老叟數人。從旁請曰。老夫竊聽良久。先生所講。真換骨丹也。吾儕老邁。豈敢語此。但要如何脩積。然後可求子得富。師曰。體文昌帝君陰騭文行去。自求子得子。求富得富。老叟曰。未知其文若何。師曰。吾幼年曾愛其文雅俗。今猶能記憶。吾爲爾等述之。



